

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CON PROFUNDIZACIÓN CLÍNICA

ALEXANDER SASTOQUE
PALMIRA VALLE

UNIVERSIDAD DEL NORTE
BARRANQUILLA

Actitud fenomenológica que trasciende una neurosis iatrogena, en un caso de vacío
existencial

AUTOR

Alexander Sastoque

Nota del autor:

Trabajo de Grado presentado como requisito para optar al título de Maestría en
Psicología con Profundización Clínica, bajo la tutoría del Dr. Wilmer Palomares

UNIVERSIDAD DEL NORTE
BARRANQUILLA – COLOMBIA

Dedicatoria

Dedicado a mi esposa Marcela, por apoyarme
a dedicarme a mi pasión, a mi hijo Matías por
hacerme una mejor persona.

Gracias...

Resumen

El presente estudio de caso único se centró en la revisión de cómo la actitud fenomenológica aporta a la trascendencia de una neurosis iatrogena en un caso de un joven de 20 años con características de vacío existencial; dicho caso está en el contexto de la investigación cualitativa y responde a la pregunta: ¿Cuáles son los elementos de la actitud fenomenológica que trascienden una neurosis iatrogena en un caso de vacío existencial?, se describe entonces en la relación terapéutica elementos de la conciencia de lo relacional, la aceptación incondicional, saberes terapéuticos, presencia y apertura, encontrando que dichos elementos aportan de manera significativa el cómo se percibe por parte del consultante un proceso terapéutico centrado en una actitud fenomenológica y como esta ayuda a trascender elementos iatrogénicos, especialmente relacionados con una confusión entre el estilo de personalidad teatral y el trastorno histriónico de la personalidad por parte del terapeuta anterior.

Palabras Claves: Actitud Fenomenológica, relación terapéutica, neurosis iatrogena, estilo y trastorno de la personalidad.

Abstract

This unique case study focused on the review of how the phenomenological attitude brings to the significance of iatrogenous neurosis in a case of a 20 year old man with characteristics of existential emptiness; this case is in the context of qualitative research and answers the question: What are the elements of phenomenological attitude that transcend a iatrogenous neurosis in a case of existential emptiness ?, elements of relational consciousness, unconditional acceptance, therapeutic knowledge, presence and openness are then described in the therapeutic relationship, finding that these elements contribute significantly the way the consultant perceives a therapeutic process focused on a phenomenological attitude and how this helps to transcend iatrogenous elements, especially related to a confusion between the style of theatrical personality and histrionic disorder of the personality by the previous therapist.

Keywords: phenomenological attitude, therapeutic relationship, iatrogenous neurosis, style and personality disorder.

Tabla de contenido

1.	Introducción	1
2.	Justificación del Estudio	3
3.	Área Problemática.....	4
4.	Marco Conceptual de Referencia	7
4.1	Lo relacional en el existencialismo:	7
4.2	La Conciencia de lo Relacional	7
4.3	Algunos saberes y actitudes que deben hacerse presentes en la relación terapéutica	9
4.4	Presencia y Apertura	11
4.5	Neurosis iatrogena	13
4.6	Vacío Existencial	17
4.7	Estilos y trastornos de personalidad	19
4.8	Estilo teatral de la personalidad.....	20
4.9	Trastorno Histriónico de la Personalidad.....	22
5	Preguntas orientadoras iniciales.....	25
6	Metodología	26
6.1	Enfoque Metodológico: Histórico - Hermenéutico.....	26
6.2	Diseño de la investigación: Cualitativo.....	26
6.3	Tipo de investigación	27
6.4	Técnicas de investigación.....	28
6.5	Identificación de la población participante.	29
6.5.1	Motivo actual de consulta: Desmotivación, sensación de vacío profundo y carencia de interés por actividades cotidianas.	29
6.5.2	Estado Del Consultante.....	29
6.5.3	Datos Familiares Y Genograma	31
6.5.4.	Debilidades de la historia.....	32
6.5.5.	Dificultades actuales.....	33
6.5.6.	Evaluación por áreas	33
6.5.7	Restrictores psicofísicos de lo noético:	34

6.5.8	Actividad y pasividad (E.A.)	35
6.5.9	Diagnóstico alterno	35
6.5.10	Iatrogenia e hiperreflexión.....	36
6.5.11	Diagnóstico interactivo e integrativo de los datos.....	36
6.5.12	Plan de tratamiento	37
7	Procedimiento para análisis de la información.....	39
7.1	Operacionalización de las categorías y unidades de análisis:	41
8	Resultados	52
8.1	Rejillas De Recolección De Información: Sesiones Psicoterapéuticas	52
8.1.1	Categoría de análisis: Actitud Fenomenológica.....	52
8.1.2	Categoría de análisis: Iatrogenia.....	65
8.2	Rejilla de recolección de información entrevista en profundidad.....	71
8.2.1	Categoría Actitud Fenomenológica	71
8.2.2	Categoría Neurosis Iatrógena.....	87
9.	Conclusiones y discusión.....	98
10.	Bibliografía.....	106
11.	Anexos	108

1. Introducción

El presente estudio de caso hace parte del trabajo de grado para optar a título de magister en psicología con profundización clínica de la Universidad del Norte; este estudio se fundamentó en poder identificar como la actitud fenomenológica, apoya la trascendencia de una neurosis iatrogena producto de una intervención anterior que recibió un consultante.

En el presente trabajo el lector encontrará una justificación del estudio, basado especialmente en la necesidad de conocer más acerca de los impactos de las intervenciones psicoterapéuticas, un marco de referencia basado en los fundamentos humanistas existenciales que diera la ruta de dos categorías: la actitud fenomenológica y la neurosis iatrogena. En relación a la actitud fenomenológica, se describen aspectos como lo relacional en la psicoterapia, los saberes psicoterapéuticos, entre los que se encuentran, la aceptación incondicional, el acoger, el saber escuchar, el saber orientar, etc. En cuanto a la neurosis iatrogena se enfatiza en elementos de la auto-observación forzada, juicios o declaraciones irresponsables, diagnósticos apresurados, etc. De igual forma se encontrará un área problemática de investigación, que pone sobre la mesa el contexto del presente estudio de caso. Posteriormente el lector se identificará una ruta metodológica que recoge la operacionalización de las categorías y subcategorías estudiadas, la forma como se realizó la recolección de los datos y la validación de los mismos, a través de una triangulación de información con los sentires y saberes de los actores de investigación.

El presente estudio da como resultados que al restringirse la actitud fenomenológica, hay una probabilidad mayor de la presencia de aspectos de la neurosis iatrogena; se evidencia que la intervención psicoterapéutica anterior produjo una auto observación forzada a aspectos psicológicos de la personalidad del consultante y se realizó una confrontación excesiva a comportamientos supuestos como aspectos histriónicos, confundiendo el estilo teatral del consultante con aspectos disociados propios del trastorno histriónico de la personalidad.

De igual forma se evidencia en el presente estudio que la psicoterapia actual, realizada por el autor del presente trabajo, apostó por una actitud fenomenológica que apoyó a la trascendencia de la neurosis iatrogena; se concluye que el consultante percibe una diferencia sustancial entre las dos formas de abordaje psicoterapéutico y percibe haber recuperado aspectos como el reconocimiento de su estilo de personalidad, dando una identidad sólida.

2. Justificación del Estudio

El estudio de caso que se presenta en este documento tiene los matices o características de un caso de iatrogenia, producto de una intervención terapéutica anterior, ya que el consultante llega a la cita y manifiesta en sus palabras que tiene una situación personal que redundaría en un posible caso de crisis de identidad y/o vacío existencial. La intencionalidad de este estudio de caso, es poder revisar si los aspectos relacionales, desde una perspectiva fenomenológica existencial, ayuda a trascender dicha situación presentada por el consultante.

La mayoría de los textos y autores que pueden estar incluidos en el gran paraguas del humanismo – existencial, han aportado de forma significativa en como las actitudes del terapeuta y la relación que éste entabla con el consultante son el pilar del proceso terapéutico, son la técnica misma, si se le pudiera llamar de alguna forma. Este pilar de la psicoterapia humanista existencial (con las diferencias sucintas entre el humanismo norteamericano y el existencialismo europeo) es probablemente de los más importantes, el cual ayuda a cimentar una noción de sujeto novedosa, un paradigma de hombre y mujer contemporáneo que invita a trascender esa escisión entre el sujeto y el mundo; en este caso entre un sujeto (el terapeuta) y su consultante y promover a partir de la relación terapéutica un proceso de bienestar.

De igual forma, esta investigación ayuda a reconocer a partir de estas características relacionales promovidos por la actitud fenomenológica de acogida y respeto a la intervención de un vacío existencial y la crisis que esta trae consigo elementos del quehacer terapéutico desde una perspectiva humanista existencial, es así como este estudio de caso invita a los terapeutas, a que se inician en este quehacer, a estar atentos en doble vía a su ejercicio, a las características del caso en sí mismo y a las características de su actitud que promueven un cambio positivo existencialmente hablando; de igual forma contribuye a los terapeutas expertos, a seguir identificando elementos del proceso que puedan servir a colegas o toda persona que se desempeñe en acompañar a otros en procesos de autoexploración.

3. Área Problemática

En el mundo contemporáneo de la psicología clínica y especialmente en la psicoterapia, se han venido dando avances y aportes desde diferentes fuentes epistemológicas, donde cada enfoque avanza en sus propios objetivos y estipula sus alcances terapéuticos; lo cual conlleva a que tengamos una variedad de terapias y técnicas al servicio de los procesos. Probablemente el consenso entre los enfoques, es que todas apuntan al servicio de los consultantes, pacientes o clientes a los cuales se atiende.

Esta situación deja sobre la mesa, que la psicología y puntualmente la psicoterapia, buscan el “bienestar” del cliente; lo cual es evidente en el código deontológico en el artículo 34 del contexto ético de la prestación de servicios:

Los principios, valores, derechos y deberes que fundamentan las profesiones y ocupaciones en salud, se enmarcan en el contexto del cuidado respetuoso de la vida y la dignidad de cada ser humano y en la promoción de su desarrollo existencial, procurando su integridad física, genética, funcional, psicológica, social, cultural y espiritual sin distinciones de edad, credo, sexo, raza, nacionalidad, lengua, cultura, condición socioeconómica e ideología política y de un medio ambiente sano (p. 27).

Teniendo en cuenta esto, se entiende que un punto relevante de estudio son aquellos procedimientos o procesos orientados por los terapeutas, que puedan causar algún tipo de daño en los usuarios o clientes (iatrogenia); por lo tanto el buen o inadecuado proceder toma vital relevancia en el ejercicio profesional de cualquier psicoterapeuta.

El estudio de los aspectos iatrogénicos en los procesos de psicoterapia son poco estudiados o se ha ocupado poco las investigaciones a las respuestas negativas o adversas que los tratamientos traen consigo (Díaz y Martínez, 2013).

Según Lambert y Ogles (2004) citados por Díaz y Martínez (2013)

“...aproximadamente entre el 5% y 10% de los pacientes luego de un tratamiento presentan síntomas iatrogénicos, entre el 40% y 70% obtienen

resultados satisfactorios y se puede esperar que el 30% presenten resultados pobres o nulos” (p. 279).

Díaz & Martínez (2013) citando a Jones (2007) exponen: “En algunos campos clínicos específicos, los estudios realizados a los tratamientos con menores infractores arrojan resultados sobre la posibilidad de la aparición de la iatrogenia durante y posteriores al tratamiento” (p.279)

En este sentido, buenas intenciones o falta de entrenamiento pueden generar entre otras cosas iatrogenia; y ¿qué podría decirse de comportamientos de terapeutas que pasan la línea de lo ético y a propósito se cometen actos que laceran la integridad física, moral o psicológica de sus consultantes, como por ejemplo abusos sexuales registrados dentro del ambiente terapéutico?

Sin duda se podría decir, que el principal beneficiado de pensarse el buen quehacer o buen ejercicio profesional son cada uno de los consultantes, que por lo general en medio de situaciones dolorosas, pérdidas, situaciones problemáticas, van o acuden a un psicoterapeuta para ser atendido, orientado y buscando salir mejor del proceso a diferencia de como entro. Cabe afirmar entonces, que un inadecuado proceso genera minar la credibilidad que la disciplina ha ganado y en muchas ocasiones gatilla la inadecuada generalización de un mal procedimiento a todo el gremio; ya no es el psicólogo, sino los psicólogos.

Es importante dejar sentado, que es muy difícil concebir que un psicoterapeuta a priori -con la intencionalidad- se empeñe en hacer daño a un cliente; si bien hay evidencia de ello, el ejercicio profesional tiene grandes matices de altruismo, pero también es cierto que, de forma no intencionada, o creyendo estar haciendo bien las cosas se puede hacer mucho daño.

Es muy probable que una persona que se sienta abusada, violentada o simplemente mal orientada, pueda llegar a sentirse confundida, desorientada y especialmente atribuirse toda la responsabilidad de la situación, trayendo consigo sentimientos de culpa que terminarán acumulándose con sus ya situaciones problemáticas.

En la historia de la psicología se ha tenido evidencia de este tipo de situaciones, donde no se desconoce que ante los errores, los criterios de evolución y el desarrollo han sido grandes, pero cuando se trata de personas en situaciones que tiene que ver con su existencia misma, con su ser-en-el-mundo, el color de la situación no es alentador, pues un psicoterapeuta no es un carpintero, que si se daña una pieza puede coger otra para volver a empezar, es un jardinero, un jardinero si daña una flor, esta muere para siempre (Wolk, 2003).

La historia de la medicina, la psiquiatría y la psicología ha mostrado ejemplos graves de esto, un gran ejemplo es la lobotomía practicada por los años 1935, la cual generó grandes problemas cerebrales devastadores en el paciente; se puede concluir entonces, que los procedimientos, diagnósticos y farmacéuticos exacerbados evidencian en muchos casos, la deshumanización del quehacer.

4. Marco Conceptual de Referencia

Para reflexionar e indagar en el presente caso, se hace necesario la revisión conceptual de algunas temáticas que se describirán a continuación.

4.1 Lo relacional en el existencialismo:

La actitud fenomenológica en el humanismo existencial es base importante del proceso terapéutico, éste es concebido bajo una noción antropológica y filosófica que se invita a la comprensión de la trascendencia de la escisión cuerpo/mente, un pilar importante para ello es comprender en términos de Heidegger que el Dasein es un ser-en-el-mundo (Heidegger en Martínez, 2012), la existencia humana es una relación (Martínez, 2012).

Desde esta perspectiva la relación interpersonal entre terapeuta - cliente es imprescindible y es muy probable que de ella dependa el éxito del proceso psicoterapéutico (Corbella y Botella, 2003 en Martínez E, 2013).

Lo relacional en el campo de la psicoterapia existencial es muy importante, pues se comprende que somos seres relacionales, en palabras de Gergen “Estamos siempre emergiendo de relaciones, no podemos poner un pie fuera de las relaciones, incluso en nuestros más privados momentos, nunca estamos solos” (Gergen en Martínez, 2012). De ahí la importancia de mantener en la psicoterapia nuestros ojos en la relación, en lo que somos frente a otro, en lo que somos para el otro; en lo que concierne entonces a la psicoterapia existencial, un terapeuta sostiene una actitud de cuidado a la relación, pues como diría Yalom (1984) “Lo que cura es la relación” (p. 481).

4.2 La Conciencia de lo Relacional

La conciencia de lo relacional en psicoterapia apunta a reconocer la relación, Martínez lo expone de la siguiente manera:

Desde una perspectiva relacional, cada palabra, cada gesto, cada acción, emerge de nuestra situación compartida. Lo mismo sucede con cada experiencia, ya sea una sensación física, un sentimiento, un pensamiento, una fantasía, etc., por muy

personal, privado o individual o incluso egoísta que parezca, es siempre una situación relacional. Una confusión común, consiste en considerar como relacional solo aquello que es empático y abierto al diálogo, y concebir las acciones egoístas o las que rechazan la vinculación como individualistas, sin embargo, aún la acción más egoísta es una respuesta a la situación relacional. La distinción que puede hacerse, sobre todo para el trabajo terapéutico, es entre un trabajo que reconoce, concientiza o parte de la conciencia de la relación en la situación relacional; a uno que no lo hace. (Martínez Y, 2012, p. 270).

Lo relacional en psicoterapia implica un doble foco de atención, la revisión por parte del terapeuta a sí mismo, como también por parte del consultante; una constante revisión de cómo se afectan el uno al otro, como se influyen y como se va cocreando la relación (Martínez, 2012).

Este trabajo terapéutico desde esta perspectiva, es una continua co creación en movimiento y amerita en un momento justo la evaluación compartida de cómo se están sintiendo o experimentando el uno al otro, una especie de revisión, evaluación que cualquiera de las partes puede pedir u ofrecer (Martínez, 2012).

Algunas de las características más importantes que el psicoterapeuta debe tener, vivir o experimentar es la aceptación incondicional por el cliente, un interés genuino por el cliente, un aceptarle, recibirle, un proceso empático y autenticidad como elementos claves de la relación (Rogers, 1988 en Martínez E, 2013); comprender el mundo interno del cliente, es también entender como diría May “el terapeuta tiene muchos pacientes, pero el paciente tiene solo un terapeuta” (May R, 1984 en Martínez E, 2013).

A manera de conclusión, la relación terapéutica busca generar una base segura, un clima, un encuentro existencial para los procesos de cambio y transformación en la co-creación que terapeuta y cliente realizan, el terapeuta deberá velar por aumentar la confianza en que el cambio es posible, validar constantemente los progresos del consultante y agradecer la confianza depositada en el terapeuta, así como revisar el clima emocional de la sesión, asumiendo con total certeza la importancia de la relación terapéutica como movilizadora de los recursos noológicos del consultante (Martínez, 2011 en Martínez, Rodríguez, Díaz y Pacciolla, 2015).

Yalom, I (1984) expone que un buen proceso terapéutico, es aquel donde no se trata al paciente como objeto de técnicas sino "reuniéndose con él", implica entonces una comunicación existencial. El terapeuta no es un director, ni un instructor, sino sólo un "catalizador", relacionándose con el paciente de una manera auténticamente amorosa, en procura de auténtico encuentro.

Romero (2003) propone que todo terapeuta para que pueda tener una buena entrevista, debe desarrollar varios saberes, entre ellos el saber escuchar, acoger y apropiarse el terapeuta de la teoría relacionada con el método fenomenológico hermenéutico.

4.3 Algunos saberes y actitudes que deben hacerse presentes en la relación terapéutica

- Saber acoger: Es convidar al otro para que sea él mismo, sintiéndose a gusto en nuestra presencia. En los gestos, en la mirada, en los movimientos, en las palabras, expresamos esta invitación. En todo emprendimiento necesitamos de auto- confianza, la seguridad es el suelo ontológico de la existencia. El auto confianza es la consciencia de que tenemos capacidades, recursos para superar nuestra situación vital; ella depende en buena medida tanto de la seguridad básica como de la situación concreta.
- Saber empatizar: En la comprensión empática, la actitud del terapeuta será algo diferente. El infortunio del paciente lo tocará de alguna manera, verá sus motivos e inclusive sus errores con benevolencia, no expresando nada, pero él se dará cuenta que lo juzgan. No implica que la persona se omita para evitar una abierta divergencia. Es la comprensión; su sentido existencial es encontrar en sí mismo, siquiera a título provisorio, lo que está afectando al otro. En ese acompañamiento podemos divergir e inclusive confrontarnos con él. La empatía no es una forma de complicidad.
- Saber escuchar: Significa estar disponibles, sin ánimo preconcebido, sin necesidades urgentes de expresión personal. Se trata de captar un mensaje atendiendo a su sentido menos explícito, abriéndose inclusive a su invitación.

- Saber observar y saber estar atento: Saber estar atento permite observar el movimiento vivencial manifiesto en el transcurso y las diversas expresiones del interlocutor y de sí mismo. Pues en la relación siempre hay también un movimiento vivencial en el terapeuta, donde el terapeuta también se siente afectado por lo que le sucede al cliente. Por lo tanto, se requiere estar atento a lo visible y a lo invisible, a lo que muestra disfrazándose y a lo que se disfraza para poder mostrarse; significa intentar hallar una vía posible de mutuo entendimiento, en el presupuesto de la reciprocidad.
- Saber indagar y cuestionar: El terapeuta toma iniciativas dirigidas a buscar tomar iniciativa, a profundizar y enriquecer la experiencia del interlocutor; de manera que se puedan obtener mayores esclarecimientos que permitan una mejor comprensión del asunto. Se puede entender como, invitar a la persona a develar aspectos menos frecuentados por ella, junto con examinar con mayor atención sus circuitos de tránsito, sus programaciones y condicionamientos. Es así como se obliga al sujeto a encarar una situación que él encubre o esquivo.
- Saber orientar y estimular: Generalmente el paciente busca ayuda psicológica cuando está pasando por un período de desencuentro consigo mismo, en algún área básica de su mundo. Es por ello que como terapeutas, le damos al paciente alguna coordenada que le permitan percibirse mejor en esa red, buscando que logre una mayor comprensión de la realidad. Saber estimular, por su parte, no se trata de elogiar al cliente, ni de acariciar su narcisismo, esto muy ocasionalmente se puede hacer ya todos merecemos un elogio de vez en cuando, sobre todo cuando es más que justificable. En el momento en que el terapeuta acoge, ya se encuentra estimulando, mediante la mirada cordial, el gesto tranquilo, el acompañamiento atento, la palabra interrogativa; todo esto son las formas de una invitación para encarar de un modo valiente y positivo.
- Saber ser objetivo: Implica poner entre paréntesis, por lo menos momentáneamente, la propia subjetividad para ver el objeto sin prejuicios. Saber ser objetivo es dejar hablar al objeto, asumiendo una actitud neutra y atenta. No significa descomprometerse con la propia subjetividad, puesto que esto, llevaría a

imposibilitar la relación que se propone en esta forma de encuentro.

Todos los elementos que favorecen el encuentro con el otro y especialmente en el contexto de la psicoterapia humanista existencial, deberán promover un estar – ahí – con – otro, superando la dicotomía entre un sujeto y el mundo, en este caso un terapeuta y su consultante, un consultante y su terapeuta; de igual forma esta perspectiva reconoce al ser humano con todo lo que ello implica, y ser humano es imprescindible a la hora de hacer terapia, así que consultante y terapeuta se encuentran con su única investidura de humanos que se encuentran para transformarse, uno con una noción terapéutica que ayuda a la apertura y otro con toda su vivencia de vida, implicando esto una vivencia de intercambio, abrirse al otro en una adecuada relación terapéutica (Romero, 2003). Lo que, por supuesto implica una dimensión afectiva del encuentro, donde necesariamente terapeuta como consultante configuran una vivencia de sí mismos y del otro, construyendo la relación terapéutica de manera conjunta a partir de la vivencia directa de los implicados, comprendiéndola desde la experiencia de la vivencia inmediata y presente que ambos enfrentan y no tanto desde una postura distante, racional y teórica del profesional (De Castro y García, 2008).

Dentro del marco de las terapias humanistas existenciales, se puede encontrar la logoterapia, en ésta la relación terapéutica se configura como la principal herramienta psicoterapéutica, donde la vivencia de lo experimentado durante cada encuentro auténtico tiene vital importancia, pues es el escenario en donde se vivifican todas las expresiones afectivas del consultante y se movilizan todas sus potencias y virtudes (Lukas, 2004).

4.4 Presencia y Apertura

Presencia y la apertura son dos pilares fundamentales sobre los cuales reposa la aproximación terapéutica de corte humanismo existencial, desde esta postura si un terapeuta desea realmente favorecer un encuentro genuino con su consultante, debe hacer algo más que observarlo y escucharlo, debe invitarse a vivir plenamente a esa persona, lo cual requiere que el terapeuta se abra honestamente al consultante y esté tan presente que pueda relacionarse con él de manera íntima y auténtica, sin permanecer pasivo,

desprendido ni escondido (Yalom, 1984).

La presencia entonces hace alusión al estar disponible para el otro y es la condición sin la cual no se daría la vivencia de una relación de encuentro, con ella empieza, se da y termina el proceso terapéutico, es a través del estar presente que se cumplen funciones terapéuticas tan importantes como resaltar y vivenciar una auténtica interrelación e inspirar mayor compromiso y entrega entre los implicados, implica estar unidos, cercanos y con reciprocidad, así como estar concentrado en ese espacio íntimo que es la relación terapéutica, pudiendo expresar libre y sinceramente lo que cada quien siente y piensa, incluso el malestar que pueda generar una pregunta o una intervención por cualquiera de las partes, así se daría lugar a un cuidado continuo de la relación, dando clarificación a los significados que van emergiendo en la experiencia.

En palabras de May (1982) “estar presente es lo que permite comprender y sentir la experiencia de ser de la persona, y esto exige tener una actitud de apertura ante la situación concreta que se está compartiendo en el presente, la cual debe darse de manera simultánea consigo mismo y con el otro”.

Siguiendo con esta perspectiva de lo relacional, Yalom (2002), plantea la necesidad de tener una apertura donde se examine el proceso experiencial del consultante, la naturaleza de la relación, la manera cómo se siente cuando comunica su experiencia, del mismo modo, se enfoque la atención en el contenido en sí de lo revelado, los detalles de lo acontecido y los conceptos y palabras expresados por el consultante en la descripción de sus experiencias, porque lo que el consultante necesita es una experiencia y no una explicación.

Una apertura por parte del terapeuta según Yalom (2002), debe centrarse en tres esferas: el mecanismo de la terapia, los sentimientos del aquí y el ahora y la vida personal del terapeuta:

- La primera esfera, indica que el terapeuta debe ser transparente, confiar enteramente, examinar todos los matices de sus sentimientos hacia el otro y aceptarlo sin juzgamientos.
- La segunda, invita al terapeuta a utilizar la discreción al momento de revelar sus sentimientos en el presente inmediato y asegurarse de que aquello que está

próximo a revelar se hará en beneficio del consultante.

- La tercera esfera, invita al terapeuta a ser cauteloso en cuanto a revelar demasiado sobre su vida personal, sin embargo, el terapeuta no debe permitir que el ser tan hipercautivo y auto protector restrinja su trabajo y le reste efectividad

La presencia y la apertura son imprescindibles para establecer una adecuada relación terapéutica, permitiendo un encuentro terapéutico que privilegia una intimidad de relación entre un “Yo” y un “Tu”, de continuo cuidado.

4.5 Neurosis iatrogena

Es de interés de esta investigación, hacer una revisión de algunos aspectos posiblemente iatrogénicos de una intervención psicoterapéutica anterior (con un psicoterapeuta anterior) e indagar como una actitud fenomenológica puede apoyar la trascendencia de la misma, para ello será importante la claridad de qué es la iatrogenia y especialmente qué es una neurosis iatrogena. En palabras de Frankl (1992): “las neurosis iatrogenas forman, como si dijéramos, un subgrupo de las neurosis reactivas. Llamamos neurosis iatrogenas a aquellos estados morbosos (preferentemente neuróticos) en los que posteriormente se comprueba que el médico (Iatros) ha puesto el factor patógeno” (p.169).

Un aspecto importante de sentido común, es que una persona al ir a psicoterapia presume que posterior al proceso pueda salir mejor de lo que entro, reflexionar y resignificar positivamente su existencia, esto no quiere decir que no se transite por aspectos complejos dentro del proceso, pero el interés es recobrar el buen vivir, la iatrogenia iría en contravía de ese presupuesto. Siguiendo con Frankl (1992): “nada hay que temer tanto como a aquellos médicos (psicoterapeutas) que por sus imprudencias e irresponsables declaraciones a sus pacientes han llegado a tal maestría en el cultivo de neurosis iatrógenas que cabría hablar de ellos, con razón como de unos iatrogenos” (p. 169). También es cierto que es difícil pensar que un psicoterapeuta pueda hacer daño a propósito, se podría tener la hipótesis que un terapeuta hace lo que mejor puede, aunque esto no reste la responsabilidad de una técnica o proceso inapropiado.

De acuerdo a Frankl una profilaxis de la iatrogenia deberá empezar con la anamnesis misma, y el estudio profundo y cuidadoso de la diagnosis y su exactitud deberá validarse o constar con evidencia al mismo paciente. De igual forma las posibles molestias del paciente no se deberán minimizar o catalogarlas de nerviosas o imaginarias o mucho menos de histéricas (Frankl, 1992).

Un aspecto importante que resalta Frankl al hablar de la prevención de la iatrogenia, es el arte que el terapeuta deberá ejercitar al saber callar, en sus palabras, ser capaces de cerrar la boca; no realizar diagnósticos apresurados puesto que esto puede traer consigo efectos neurotizantes (Frankl, 1992).

Frankl expone:

Una prevención importante es procurar explicar al paciente el papel que desempeña la angustia de expectativa en la patogenia y la importancia de la autoobservación forzada que, como tal es capaz de interferir todas las funciones de regulación automática. El solo hecho de dirigir la atención hacia ellas, o sea la autoobservación forzada, ya es capaz de por sí de hacer concientes ciertas sensación subliminales (Frankl, 1992, p. 174).

De esta manera ante la imprudencia de comentarios, afirmaciones o ideas entre líneas y con matices sugestivos, podría un terapeuta generar aspectos patológicos en situaciones sencillamente normales o humanas.

Siguiendo este orden de ideas, el buen ser y el buen hacer son principios básicos para el ejercicio psicoterapéutico, y ello habla de la humanidad del terapeuta, de su sensibilidad, pero también es importante ir más allá de las buenas intenciones y estar “preparado” para el ejercicio terapéutico, tal como lo resalta Elizabeth Lukas (citada en Díaz y Martínez, 2013): “Dos competencias esenciales del terapeuta son la competencia técnica, la cual implica una formación académica, investigativa, de habilidades y destrezas frente a la terapéutica a realizar y la competencia de experiencia, que se refiere concretamente a la vivencias del logoterapeuta” (p. 278).

Siguiendo con Lukas (2003) señala los siguientes errores que comete el terapeuta con mayor frecuencia, incrementando la probabilidad de generar iatrogenia:

1. Mayor interés en señalar los trastornos que las áreas intactas de los pacientes.

2. Los acontecimientos fatales en la vida de los pacientes son tomados demasiados en cuenta.
3. Dar pronósticos negativos, los cuales no sirven para propósitos positivos.
4. Se hacen diagnósticos sin explicar las implicaciones prácticas.
5. Permanecer en silencio en los momentos equivocados.
6. Expresar interpretaciones a priori e hipótesis inciertas. (Lukas en Díaz y Martínez, 2013).

De acuerdo a Díaz & Martínez (2013):

Muchos de los errores que cometen los terapeutas tiene que ver con sus propios problemas personales, la no búsqueda de ayuda para superar los propios conflictos, el pobre entrenamiento, las expectativas irrealistas del éxito del proceso, el exceso de confianza en las propias habilidades, el miedo al conflicto con los consultantes, los problemas para desarrollar una buena relación terapéutica, la falta de experiencia para llevar el ritmo de la terapia, la psicopatologización constante o exceso de relativización acerca de los problemas psicológicos, la postura de experto que jamás se equivoca y que atribuye todo lo que no funciona a las defensas del consultante o su falta de motivación para el cambio, entre otras. (p. 279).

A continuación, se exponen sugerencias para la prevención de la iatrogenia, desde una mirada logoterapéutica que Díaz y Martínez (2013) formulan:

- Modo de hacer formulaciones. Cuidarse de hacer formulaciones de manera poco clara, confusa o ininteligible que generen mayor confusión en el consultante y aumenten sus niveles de ansiedad o auto descalificación.
- Empleo de vocabulario técnico que puede generar angustia al facilitar la atribución de significados a términos incomprensidos.
- Minimizar los síntomas del consultante pensando que esto les ayudará a manejarlos, puesto que por lo general se obtiene un efecto contrario, pues el consultante puede sentirse poco tenido en cuenta o irrespetado, así como golpear su autoeficacia, pues puede generarle la sensación de que, sino ha podido con algo tan sencillo, cómo será con algo complicado.

- Magnificar los síntomas en pro de la adherencia al tratamiento pensando que, a través del miedo, se puede lograr un mayor compromiso con el proceso terapéutico y olvidando que puede generarse desesperanza.
- No respetar tiempos y ritmos del consultante, considerando que capta la realidad de la misma manera que el terapeuta o achacando la propia ineficiencia terapéutica a posible déficit de motivación para la terapia.
- Diagnóstico errado o manera inadecuada de comunicarlo, aumentando en ocasiones la hiperreflexión y la creación de mayores niveles de ansiedad.
- Centrarse demasiado en el síntoma y no en el recurso, distorsionando la verdadera dimensión del mismo y evitando el sano descentramiento.
- Manejo de silencios que, subjetivamente, puede abrir espacios para opiniones desconsideradas sobre sí mismos, pues el tiempo vivencial varía según el estado emocional del consultante, abriendo los silencios excesivos espacios que obligan a decir lo que se supone el terapeuta quiere oír.
- Respeto por la palabra del consultante, aun cuando el mismo no diga lo que el terapeuta quiere escuchar.
- Nada de terapéutica a toda prisa, ni tratamientos innecesarios.
- Relación terapéutica distante que no brinde una base segura para el desarrollo del proceso.
- Discreción en emitir comentarios que rebasen su saber y que pongan en tela de juicio o duda la capacidad del terapeuta.
- Obviar el campo fenoménico del consultante, creyendo él capta la misma realidad que el terapeuta, generando monólogos y no diálogos.
- Enseñar constructos teóricos a los consultantes, convirtiéndose en un profesor de psicoterapia y no en psicoterapeuta, generando discursos terapéuticos que en ocasiones intentan reconfirmar versiones creadas por el mismo terapeuta. (p. 281 – 282).

4.6 Vacío Existencial

Dentro de éste trabajo se ha abordado un caso en el que el consultante presentaba elementos propios de lo que Frankl denominó Vacío Existencial, en palabras de Frankl (2003):

...Cuando se me pregunta cómo explico la génesis de este vacío existencial, suelo ofrecer la siguiente fórmula abreviada: Contrariamente al animal, el hombre carece de instintos que le digan lo que tiene que hacer y, a diferencia de los hombres del pasado, el hombre actual ya no tiene tradiciones que le digan lo que debe ser. Entonces, ignorando lo que tiene que hacer e ignorando también lo que debe ser, parece que muchas veces ya no sabe tampoco lo que quiere en el fondo. Y entonces sólo quiere lo que los demás hacen (¡conformismo!), o bien, sólo hacer lo que los otros quieren, lo que quieren de él (totalitarismo) (p. 11).

En este sentido el vacío existencial, es una vivencia de confusión cuando ser y hacer, una vivencia propia de la existencia humana y que muchas veces fue catalogada por Frankl como una neurosis Noógena.

Al contrario que la neurosis en sentido estricto, que presenta, por definición, una enfermedad psicógena, la neurosis noógena no se debe a complejo y conflictos en el sentido tradicional, sino a conflictos de conciencia, a colisiones de valores y, *last but not least*, a una frustración existencial que algunas veces puede expresarse bajo la forma de sintomatología neurótica. (Frankl, 2003, P. 11 – 12).

Es sumamente importante para este caso, poder vislumbrar lo que significa para un individuo las preguntas que se hace así mismo, los debates y las respuestas que se quiere dar acompañado de un terapeuta; es sabido que todo proceso con características humanistas existenciales parte de la experiencia del sujeto, de su campo fenoménico que de una u otra forma terminará en las preguntas que tienen que ver con el “sentido”, con aquello que nos jalona, aquello que al descubrir nos brinda identidad y que en términos logoterapéuticos tiene que ver con el autodistanciamiento y la autotrascendencia.

Siguiendo con Frankl (2003):

Freud estampó la siguiente frase en una de sus cartas: "...En el momento en que

uno se pregunta por el sentido y el valor de la vida es señal de que se está enfermo, porque ninguna de estas dos cosas existe de forma objetiva; lo único que se puede conceder es que se tiene una provisión de libido insatisfecha."

Personalmente, me niego a creer esta afirmación. Considero que no sólo es específicamente humano preguntarse por el sentido de la vida, sino que es también propio del hombre someter a crítica este sentido. Es, sobre todo, un privilegio de los jóvenes declarar a la luz del día su mayoría de edad al plantearse en primer término el sentido de la vida. De hecho, hacen suficiente uso de este derecho (p. 22 -23).

Buscar y especialmente encontrar sentido a la vida, es la forma de salir del vacío existencial. Una de las responsabilidades, meta y brújula de todo terapeuta es apoyar en este llamado a que sus consultantes bien sea busquen o bien sea no han logrado captar; es importante dejar sentado, que el sentido no se fuerza, no se inventa, no se crea y es ahí donde será importante los tiempos, los ritmos y revisar las confrontaciones que como terapeutas se puede hacer en un ambiente terapéutico.

El sentido debe descubrirse, lo que se inventa o es un sentido subjetivo, un mero sentimiento de sentido, cuando no se puede captar el sentido se puede caer en intentar inventarlo como una huida a su carencia (Frankl, 2003).

Es por ello que desde el principio de la intervención del caso, una premisa que como terapeuta se tuvo, es poder tener la claridad que ante cualquier circunstancia, la vida tiene sentido y que se puede apoyar a la búsqueda de éste aun ante características iatrogénicas, Frankl (2003) expone magistralmente esta situación:

No existe ninguna situación en la vida que carezca de auténtico sentido. Este hecho debe atribuirse a que los aspectos aparentemente negativos de la existencia humana, y sobre todo aquella trágica triada en la que confluyen el sufrimiento, la culpa y la muerte, también puede transformarse en algo positivo. Y, sin embargo, se llega al vacío existencial. Y esto en el seno de un *affluent society* que no debería dejar insatisfechas ninguna de las necesidades que Maslow ha calificado de fundamentales. A esto cabalmente se debe que exista tal vacío, a que la sociedad de la opulencia sólo satisface necesidades, pero no la voluntad de

sentido. (p. 26).

Fue importante para este caso, estar atentos al vacío existencial como factor desencadenante o de relación con otros posibles trastornos psicológicos, por ello de acuerdo a Froggio (citado por Díaz & Martínez, 2013) se enuncian factores en tres niveles:

Un primer nivel es de tipo sociológico: el fenómeno de un “vacío existencial” se presenta hoy como una característica de la sociedad contemporánea y se convierte en el caldo de cultivo que sirve para el surgimiento de un malestar a nivel individual. Un segundo nivel implica que el sentimiento de “vacío existencial” personal genera una vivencia de desinterés, apatía y escaso sentido de identidad que tratará de compensar con varias formas ficticias de dependencia: en este caso, si bien no de manera unicausal, la “ausencia de significado” produce conductas neuróticas, sobretodo de carácter noógeno y se configure como factor desencadenante real de trastorno. Un tercer nivel ve el “vacío existencial” no tanto como una causa de trastorno sino como un factor de mantenimiento de trastorno (p. 222).

4.7 Estilos y trastornos de personalidad

En caso único que se describió en la presente investigación, tiene una particularidad importante pues se tiene la hipótesis que hubo una iatrogenia a causa de la confusión por parte del terapeuta anterior entre el estilo y el trastorno de personalidad del consultante, de ahí que se dé la importante diferenciación entre estas dos nociones; para ello se describirá a continuación cual es la mirada existencial de los estilos y los trastornos de personalidad y se describirá el estilo teatral.

Según Millon (2001): la distinción entre estilo y trastorno de la personalidad radica en su nivel patológico: los estilos de personalidad amparan los trastornos de la personalidad, de manera que los estilos se mantienen en los intervalos de la normalidad, mientras los trastornos en el intervalo de la patología. Ambos son constructos de orden superior constituidos por rasgos de personalidad (Millon en Martínez, 2011 p. 42).

Distinguir un estilo de personalidad, que representa una normalidad, una forma de ser-en-el-mundo de un trastorno como elemento inauténtico es vital a la hora de realizar una intervención, especialmente aquellas intervenciones confrontativas. Skodol (2007) en Martínez (2011), expone que los elementos diferenciadores más importantes, son el grado de inflexibilidad, su desadaptación, el malestar personal y el deterioro del funcionamiento, así como el nivel de expresión de la libertad.

4.8 Estilo teatral de la personalidad

Para efectos de esta investigación - estudio de caso - se hizo importante lograr la comprensión del estilo de personalidad teatral y la prudente diferencia con el trastorno histriónico de la personalidad.

De acuerdo a Oldham y Morris (2008), las personas con un estilo de personalidad teatral, están centrados en el sentimiento y su gran talento es transformar las emociones de forma artística integrando su sensualidad, la belleza, la estética, sus risas; esto promueve una vida que no es aburrida, por el contrario la vida es un escenario donde ellos y los que le rodean se divierten.

Siguiendo con Oldham y Morris (2008), existen siete características o rasgos de conducta que nos indican un estilo de personalidad teatral que se describen a continuación:

- Sentimientos: Los teatrales viven en un mundo de emociones, se guían por sensaciones, demuestran lo que sienten y son físicamente cariñosos. Frente a cualquier hecho reaccionan emotivamente y pueden cambiar rápidamente de un estado anímico a otro.
- Color: Son efusivos y viven la vida con avidez, poseen una rica imaginación, relatan historias entretenidas y son propensos al romance y al melodrama.
- Espontaneidad: Son activos y entretenidos, la alegría de vivir los lleva a obrar por impulsos y a sacar provecho al momento.
- Atención: Les gusta que la gente les vea y los mire y cuando todos los ojos convergen sobre ellos, aprovechan la situación.

- Aplausos: Los elogios y cumplidos, como el agua y el alimento, son elementos esenciales en su vida.
- Buena apariencia: Se preocupan mucho por el aspecto personal, les gusta la ropa, la elegancia, la moda.
- Atracción Sexual: ya sea en su apariencia o en su conducta, el teatral se gratifica con su sexualidad, por lo tanto se cataloga por ser un sujeto seductor, simpático, encantador.

Las emociones son muy importantes para este estilo de personalidad en palabras de Oldham y Morris (2008) “Los hombres y mujeres que poseen este tipo de personalidad conoce el mundo a través de las emociones; es decir, se forman un concepto sobre algo o alguien según lo que sienten al respecto” (p. 127).

Al ser la vida un escenario, siempre tienen historias emocionantes, divertidas que contar, tienen esa capacidad de convertir lo común y corriente en un episodio teatral interesante (Oldham y Morris, 2008).

Es de vital importancia en este caso validar y reconocer que a los individuos con este estilo de personalidad son sumamente sociables y se sienten muy a gusto cuando en actividades comparten con más gente, a tal punto que su punto focal es ganar amigos e influir sobre otras personas (Oldhman y Morris, 2008).

En cuanto a la pareja, según Oldhman y Morris (2008):

Los problemas que puedan darse en su relación de pareja es un golpe para la autoestima del teatral. Pueden surgir contratiempos cuando el conyugue no toma a bien sus impulsos apasionados o la conducta seductora del teatral o cuando éste no recibe la admiración, atención o expresión de sentimientos por parte de su compañero (p. 131).

De acuerdo a Oldhman y Morris (2008) “Las uniones que más probabilidades tienen de durar son las que se dan con aquellos tipos que le brindan equilibrio, en particular los concienzudos” (p. 132).

Siguiendo con Oldhman y Morris (2008) “Pese a lo extrvertidos y sociales que suelen ser los teatrales, se definen a si mismo de afuera hacia adentro, se ven como los

demás los ven a ellos... es sumamente importante la imagen que presentan ante el mundo” (p. 134).

4.9 Trastorno Histriónico de la Personalidad

Dentro de este estudio de caso fue vital e importante distinguir el estilo del trastorno de personalidad, en este caso el estilo teatral versus el trastorno histriónico de la personalidad, en este apartado se describirá los criterios diagnósticos a tener en cuenta para identificar el trastorno histriónico de acuerdo a Oldhman y Morris (2008):

El trastorno histriónico es un patrón de conducta repetitivo y persistente de emocionalidad, que comienza a manifestarse a principios de la edad adulta y se presenta en una variedad de contextos, tal como lo indicaría la presencia de por lo menos cuatro de los siguientes síntomas:

1. El individuo constantemente busca o exige que se le brinde apoyo, aprobación o elogios.
2. Es inadecuadamente vanidoso en el plano sexual, ya sea en apariencia o en su conducta.
3. Le preocupa en demasía la apariencia física.
4. Expresa emociones con exageración que resulta inapropiada, por ejemplo abraza a simples conocidos con excesivo ardor, llora desconsoladamente en ocasiones sentimentales poco importantes, tiene explosiones de ira irracional e injustificada.
5. Se siente incómodo en aquellas situaciones en las que no es el centro de atención.
6. Es propenso a una expresión exagerada y cambiante de emociones.
7. Es egocéntrico, sus actos tienen por fin obtener una satisfacción inmediata. No tolera la frustración ni la gratificación que no sea inmediata.
8. Tiene un estilo de lenguaje extremadamente expresionista y carente de detalles. Por ejemplo, se le pide que describa a la madre, no puede ser concreto y decir otra cosa que “era una bella persona” (p. 142 – 143).

En cuanto a las emociones, quienes tienen un trastorno histriónico de la personalidad al estar imbuidos en sus dramas emocionales, el mundo externo puede llegar

a ser ajeno y hasta estar desinformados o percatarse poco del mundo. Sus emociones pueden llegar a abrumar, un pequeño inconveniente puede convertirse en un gran desastre o una situación de placer en lo mejor que les haya pasado en su vida (Odhman y Morris, 2008).

De acuerdo a Martínez E. (2011):

Para la psicoterapia centrada en el sentido Existir tiene una doble trascendencia, por un lado significa dirigirse fuera de sí (autotrascendencia) y por otro lado dirigirse hacia sí (autodistanciamiento), existir no significa simplemente estar dirigido hacia algo o estar confrontado consigo mismo, se requiere de las dos condiciones básicas y es precisamente allí, en donde se frustra la existencia del modo de ser histriónico, pues al no poder acceder a sí mismo, se vuelca en el otro para obligarlo a que lo “vea” y le dé un lugar en el mundo (p. 122).

De acuerdo a las características inauténticas del modo de ser histriónico, hay una fuerte sensación de pérdida de sí mismo y busca desesperadamente que los demás le vean, además de ello posee la sensación de que nada les pertenece y de ahí que no haya una postura de asumir la responsabilidad o compromiso, se hace invisible, por tanto busca estrategias como ropas llamativas, tintes de cabello. (Martínez E, 2011).

Siguiendo con Martínez E. (2011) “El modo de ser histriónico no está abierto a su propio ser, confrontándose con el mismo tal como es, solo puede aparentar que se es genuino y único” (p. 123).

Este esfuerzo en la apariencia es percibido por el otro, provocando paradójicamente todo lo contrario, que se alejen, que no le vean, generando un dolor de no existir que se traduce en una ofensa existencial y en sentirse no ser valorado por los demás (Martínez E, 2011).

Su forma de relacionarse según Martínez E (2011) es:

Claramente expansiva, intentando ocupar todo el espacio y ubicándose en el centro de las relaciones, en un lugar estratégico para ser “visto”, al punto de llegar claramente de hacer pasar vergüenzas a amigos y personas cercanas debido a su exagerada expresión emocional, llorando en público, gritando o coqueteando o con movimientos llamativos (p. 126).

A continuación, se describió la situación de manera general del modo de ser histriónico en cuanto a los recursos noéticos de acuerdo a Martínez E. (2011):

El autodistanciamiento se ve seriamente impedido o más bien proporcionalmente impedido a partir de la morbilidad psicofísica en todas sus capacidades, siendo la capacidad de autocomprensión una de las más golpeadas pues como ya se ha visto en este texto, existe gran dificultad de verse a sí mismo y abordar con objetividad la vida.

La autoregulación es difícil de ejercer, hay poco dominio de sí y un pobre gobierno de sus emociones. De igual forma la autoprotección se ve atrapada, pues sin autocomprensión y con dificultad para conocerse, es realmente difícil verse diferente sin saber quién es.

En cuanto a la autotrascendencia, su capacidad de afectación no se ejerce con tanta fuerza noética, pues su emocionalidad es más bien superficial, su afectación es pobre y el aparente entusiasmo es falso... entregarse a una misión o a una persona es casi una fantasía, la sensación de vacío y falta de sentido es recurrente (p. 131).

5 Preguntas orientadoras iniciales

Teniendo en cuenta la situación problema presentado y la justificación se plantean dos preguntas orientadoras para el estudio de caso:

- ¿Cuáles son las características de la neurosis iatrógena que se presentan al ser restringida la actitud fenomenológica en un caso de vacío existencial?
- ¿Cuáles son los elementos de la actitud fenomenológica que trascienden una neurosis iatrógena en un caso de vacío existencial?

6 Metodología

Para la realización del presente trabajo investigativo se tomó como referente la ruta metodológica desde la perspectiva cualitativa propuesta por López (2003), la cual está conformada por los siguientes puntos: Enfoque Metodológico, diseño y tipo de investigación.

6.1 Enfoque Metodológico: Histórico - Hermenéutico.

El enfoque histórico hermenéutico, permite conocer la realidad de un fenómeno en este caso de una intervención clínica, a través de la observación atenta de la mismo y la interpretación que se realice de dicha información, dentro de esta perspectiva se evidencia la intencionalidad del que indaga, ya que es esta la que conlleva al ser humano a interpretar su propia realidad y a construirla de manera constante. (López, 2003).

6.2 Diseño de la investigación: Cualitativo

La investigación de tipo cualitativa, definida por Taylor y Bodgan (2009). “*es aquella que produce datos descriptivos*”; los cuales son obtenidos dentro de un contexto, por medio de la utilización de diferentes técnicas de recolección de información, y en este caso una relación terapéutica que permitió el acercamiento y conocimiento de las concepciones que tiene un individuo frente a una situación vivida dentro de un contexto particular, para efectos de los propósitos de esta investigación fue pertinente la descripción de los elementos de la actitud fenomenológica del psicoterapeuta y como esta ayuda a trascender una posible neurosis iatrógena de una intervención anterior (con otro terapeuta) en un caso de un joven que experimenta un vacío existencial.

Es importante describir como este tipo de diseño interactivo dinámico y emergente, el investigador es el principal instrumento, este debe estar cercano a la situación que se está estudiando y a los sujetos que se encuentran inmersos, ya que, es sobre los cuales se ejercen acciones reflexivas y evaluativas, que le permiten un constante

análisis de la situación y de los sujetos y de esta forma darse cuenta del siguiente paso en la actividad investigativa (Bonilla y Rodríguez, 1997).

Teniendo en cuenta, diferentes aspectos del diseño cualitativo, López (2003: 103-104) propone algunas características particulares las cuales fueron tenidas en cuenta en la presente investigación:

- Flexibilidad: Permite modificar lo previsto en el diseño previo.
- Apertura: Implica la posibilidad de incluir nuevos elementos dentro del diseño durante las fases del proceso investigativo, es decir, considerando la posibilidad de incluir categorías emergentes.
- Referencialidad y no prescriptividad: El diseño no se constituye en pauta de forzoso cumplimiento; es una referencia de trabajo.
- Sensibilidad estratégica: Dependiendo de los hallazgos al contactar la situación objeto de estudio se pueden plantear modificaciones que favorezcan la dinámica del proceso de investigación.

6.3 Tipo de investigación

El tipo de investigación, es el estudio de caso único; éstos surgen por la necesidad de entender un fenómeno determinado dentro de un contexto espacio-temporal particular, Martínez (2002), en este tipo de estudio lo importante no es buscar una universalidad de los fenómenos observados, una generalidad de los hallazgos; sino que se busca comprender como se desenvuelve en este caso un individuo específico, en una situación específica (proceso terapéutico), en este sentido, “la dinámica del proceso debe ser derivada a partir de la relación de un individuo concreto con una situación concreta” (p. 39) .

La presente investigación corresponde a un estudio de caso único, el cual implica un proceso de indagación que se caracteriza por el examen detallado, comprensivo, sistemático, y en profundidad del caso objeto de interés (Rodríguez, 1999).

El estudio de caso único, según Lucca y Berrios (2002), da la posibilidad tener diferentes ópticas de la realidad, lo que confirma el carácter complejo y dinámico de las relaciones y la riqueza que lo cualitativo nos ofrece especialmente en este tipo de

investigaciones, en el cual se puede permitir que se abra un espacio para lo inesperado; el margen de incertidumbre que trae consigo todo acto investigativo, de ahí que además de requerir una actitud flexible, crítica y de apertura, implica también no anticiparse a los resultados anteponiendo hipótesis o diagnósticos que puedan sesgar anticipadamente los resultados del mismo.

6.4 Técnicas de investigación

Para la presente investigación se tomó como marco de recolección de la información la entrevista a profundidad. Existen diferentes modalidades de entrevistas cualitativas, estas pueden tomar la forma de una conversación, una entrevista estructurada con una guía o la de una entrevista estandarizada, de acuerdo con Bonilla (1997), todas ellas mantienen el formato de preguntas abiertas con el fin de propiciar a los entrevistados la expresión, en sus propias palabras, de perspectivas personales sobre un tema.

Mediante esta clase de entrevistas se busca comprender el comportamiento de las personas, sin establecer de antemano unas categorías que limiten la búsqueda de la información. Se trabaja básicamente con preguntas abiertas que dependen del curso espontáneo que tome el relato del entrevistado, por lo cual este representa un papel activo y puede hablar libremente acerca de sus ideas, sentimientos, actitudes y puntos de vista, sin ser interrumpido (Lucca y Berrios, 2002).

Ahora bien, al intentar comprender un fenómeno, es imposible quitarse completamente los prejuicios, por lo cual, en vez de tratar de echar a un lado dichos prejuicios, es importante identificarlos y hacerlos evidentes dentro del estudio, haciendo el proceso investigativo más completo y autentico. De esta forma, mientras la fenomenología plantea que para una adecuada comprensión hay que quitarse de encima los prejuicios, la hermenéutica plantea que dejar de lado tales preconcepciones en su totalidad es imposible, por lo cual sugiere que si bien no se puede dejar de lado las opiniones subjetivas hay que partir por hacerlas evidentes dentro de la investigación (Martínez, 2002).

6.5 Identificación de la población participante.

Para efectos del cuidado ético y confidencial del participante en la investigación acá presentada, algunos datos de la identidad del participante han sido cambiados de tal forma que se cuide su derecho a la intimidad.

Nombres y apellidos: David

Numero de historia: 001

Escolaridad: V semestre de Psicología
Estudiante

edad: 20 años

Ocupación:

Dirección:

Teléfono:

6.5.1 Motivo actual de consulta: Desmotivación, sensación de vacío profundo y carencia de interés por actividades cotidianas.

6.5.2 Estado Del Consultante

El consultante dentro de las primera sesiones manifiesta una expresión fácil que evidencia tristeza y aburrimiento, su aspecto físico en cuanto a la vestimenta es un poco excéntrico (pañoletas, convers, pantalones rotos), probablemente un estilo de personalidad teatral, sus expresiones especialmente de manos y pies presentan un poco de agitación.

Su expresión en el lenguaje es espontánea, un poco excesiva, su flujo de pensamiento se presenta un poco indeciso, tomándose un tiempo prolongado para la reflexión de las preguntas realizadas y/o organización de sus ideas que en algunos momentos aparentaba bloqueo y el contenido basado en ideas de desvaloración, desmotivación y aparente carencia de sentido de vida; su emoción se presentaba deprimida, aunque sin ideación de autoagresiones; su capacidad de discernimiento es amplio y se presupone un nivel alto (superior) de intelectualismo basado en fuertes intereses en la lectura y lo académico que da la base para una posible hiperreflexión.

Ésta impresión está basada en el examen de estado mental presentado a continuación:

EXAMEN DE ESTADO MENTAL

FECHA: _____

NOMBRE: _____

MARQUE NORMAL O ENCIERRE EN UN CÍRCULO EL VALOR MAS APROPIADO: 1. Leve 2. Moderado 3. Severo

APARIENCIA GENERAL: NORMAL ()**EXPRESIÓN FACIAL**

TRISTE	1 2 3
EXPRESIVO	1 2 3
HOSTIL	1 2 3
ABURRIDO	1 2 3
MIRADA EVASIVA	1 2 3

VESTIDO

METICULOSO	1 2 3
POBRE HIGIENE	1 2 3
EXCÉNTRICO	1 2 3
SEDUCTIVO	1 2 3

ACTIVIDAD MOTORA: NORMAL ()

AGITACION	1 2 3
TICS	1 2 3
TREMOR	1 2 3
POSTURA PARTICULAR	1 2 3
CAMINAR INUSUAL	1 2 3
ACTOS REPETITIVOS	1 2 3

LENGUAJE: NORMAL ()

ESPONTANEIDAD EXC.	1 2 3
ESPONTANEIDAD RED.	1 2 3
SOLO RESPONDE	1 2 3
LENTO	1 2 3
BULLOSO	1 2 3
BAJO	1 2 3
MUTISMO	1 2 3
ARRASTRADO	1 2 3
CORTADO	1 2 3

FLUJO DEL PENSAMIENTO: NORMAL ()

BLOQUEADO	1 2 3
CIRCUNSTANCIAL	1 2 3
TANGENCIAL	1 2 3
FUGA DE IDEAS	1 2 3
LIBRE ASOCIACIÓN	1 2 3
INDECISO	1 2 3

EMOCIÓN Y AFECTO: NORMAL ()

ANSIOSO	1 2 3
AFECTO INAPROPIADO	1 2 3
AFECTO PLANO	1 2 3
EMOCIÓN ELEVADA	1 2 3
EMOCIÓN DEPRIMIDA	1 2 3
EMOCION CAMBIABLE	1 2 3
OTROS AFECTOS	1 2 3
COMENTARIOS	

CONDUCTA EN LA ENTREVISTA**NORMAL ()**

AGRESIVO	1 2 3
APÁTICO	1 2 3
DEMANDANTE	1 2 3
DEPENDIENTE	1 2 3
EVASIVO	1 2 3
HOSTIL	1 2 3
IMPULSIVO	1 2 3
INCOOPERATIVO	1 2 3
IRRITABLE	1 2 3
MANIPULATIVO	1 2 3
MOLESTO	1 2 3
NEGATIVO	1 2 3
PASIVO	1 2 3
RETRAIDO	1 2 3
SENSIBLE	1 2 3
SOBREDRAMATICO	1 2 3
SOSPECHA ALCOHOL	1 2 3
SOSPECHA DROGA	1 2 3
SUSCEPTIBLE	1 2 3
TONTO	1 2 3

CONTENIDO DE PENSAMIENTO: NORMAL ()

ACTITUDES ANTISOCIALES	1 2 3
FOBIAS	1 2 3
IDEAS DESVALORACIÓN	1 2 3
IDEAS AGRESIVAS	1 2 3
IDEAS DE CULPA	1 2 3
IDEAS DE DESESPERANZA	1 2 3
OBSESION/COMPULSION	1 2 3
PENSAMIENTO HOMICIDA	1 2 3
PENSAMIENTO SUICIDA	1 2 3
PENSAMIENTOS DE HUIDA	1 2 3
PLANES HOMICIDAS	1 2 3
PLANES SUICIDAS	1 2 3
POBREZA DE CONTENIDO	1 2 3
PREOCUPACION SEXUAL	1 2 3
PROYECCION	1 2 3
RELIGIOSIDAD EXCESIVA	1 2 3
SENT. DE IRREALIDAD	1 2 3
SENT. DE PERSECUCION	1 2 3
SUSPICACIA	1 2 3

ILUSIONES

PRESENTES	1 2 3
-----------	-------

ALUCIONES

VISUALES	1 2 3
AUDITIVAS	1 2 3
OTRAS	1 2 3

DELUSIONES

DE PERSECUCION	1 2 3
DE GRANDEZA	1 2 3
DE REFERENCIA	1 2 3
DE INFLUENCIA	1 2 3
SOMÁTICAS	1 2 3
OTRAS	1 2 3
SON SISTEMATIZADAS	1 2 3

SENSORIUM: NORMAL ()

DESORIENTACIÓN	1 2 3
TIEMPO	1 2 3
LUGAR	1 2 3
PERSONA	1 2 3
MEMORIA	1 2 3
CONFUSION	1 2 3
CONCENTRACION DEFICIT	1 2 3
AMNESIA	1 2 3
MEMORIA RECIENTE	1 2 3
MEMORIA REMOTA	1 2 3
CONFABULACION	1 2 3
DISMNESIAS	1 2 3

INTELECTO: NORMAL ()

SUPERIOR	1 2 3
INFERIOR	1 2 3
POBRE VOCABULARIO	1 2 3
ESCALA INFORMACION	1 2 3
ABSTRACCION POBRE	1 2 3
DEFICIT EN SERIACIÓN	1 2 3

INSIGHT Y JUICIO: NORMAL ()

POBRE INSIGHT	1 2 3
POBRE JUICIO	1 2 3
DENEGACION	1 2 3
DESMOTIVACION	1 2 3
FALSA PERCEPCION DE SU ESTADO DE ENFERMEDAD	1 2 3

FUNCIONES SOMATICAS: NORMAL ()

QUEJAS SOMATICAS	1 2 3
FALTA DE APETITO	1 2 3
ALIMENTACION EXCESIVA	1 2 3
DOLOR DE CABEZA	1 2 3
SUDORACION	1 2 3
PROBLEMA ESTOMACAL	1 2 3
PALPITACION	1 2 3
INSOMNIO	1 2 3
ENFERMEDAD INJUSTIFI.	1 2 3

6.5.3 Datos Familiares Y Genograma

El consultante hace parte de una familia monomarental que se describe a continuación:

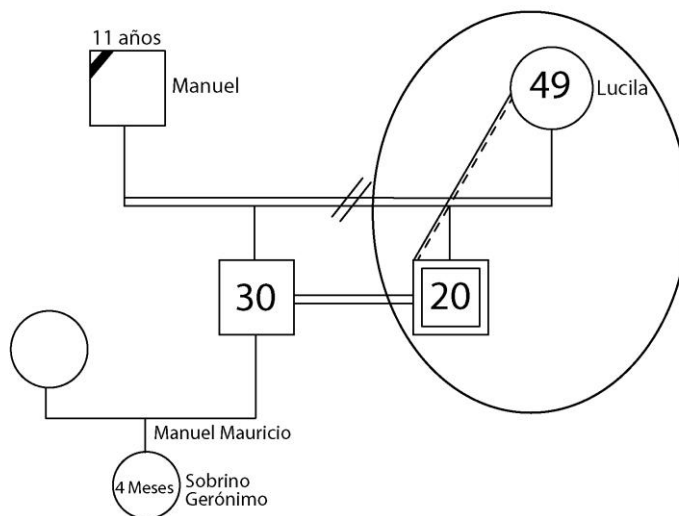
David vive con su mamá que tiene 49 años, su padre fue asesinado hace 11 años y se dedicaba a la ganadería, tiene un hermano mayor de 30 años quien ya ha conformado una familia heterosexual con un hijo de 4 meses.

La relación que mantiene con la madre, predomina la tensión y la distancia producto aparentemente por el estado emocional, al presentarse estos comportamientos relatados anteriormente las discusiones giran alrededor de la forma en que David afronta esta situación.

La relación con su hermano mayor es muy buena, sin embargo manifiesta que el rol que ha asumido su hermano es más de un “papá” y actualmente gran parte de la manutención y pago de su estudio lo hace su hermano.

La madre se dedica a la venta de productos de catálogo y el hermano a la ganadería como su padre, actividad que genera temor por parte de David, con la creencia que a su hermano podría sucederle lo mismo que a su padre.

David actualmente sostiene una relación de noviazgo heterosexual de 4 meses y se cuestiona el sentir que actualmente tiene por ella y como su estado emocional incide en ello.



6.5.4. Debilidades de la historia

Los aspectos más relevantes en términos de vivencias que han marcado la biografía del consultante se relatan a continuación: Hace 11 años la familia entera vivía en el Norte del Valle del Cauca dedicados a la ganadería, en un momento específico empezaron a extorsionar a los ganaderos y al no ceder empezaron a matar paulatinamente a los ganaderos, el padre de David aun ante la insistencia de la familia decidió quedarse y continuar con su trabajo, al poco tiempo fue asesinado y la familia se desplazó a Palmira por cuestiones de seguridad, al relatar este acontecimiento el consultante manifiesta no estar afectado por dicho evento, aunque posteriormente dudo esto.

La herencia es administrada por su hermano mayor, quien sigue dedicado a la ganadería, trabajo que hace a distancia o con viajes esporádicos, este asunto es causante de constantes temores por la familia, temiendo por la vida del hermano mayor.

David manifiesta una autoimagen menguada por sus debates frente a la vida y preguntas existenciales que se hace un par de años atrás orientado frente a su proyecto de vida, su imagen personal, gustaba de sí mismo y reconocía las fortalezas que poseía en cuanto a su expresión verbal, sus gustos como el teatro o la lectura, sin embargo muchas de sus actuaciones las identificaba como una necesidad de ser visto, manifestándose comportamientos para caer bien, chistes, “buenos” comentarios e incluso excentricidades como estilo de peinados salidos de lo común, pañoletas o vestimenta diferente.

Manifiesta que al elegir la carrera de psicología se sintió con mucha pasión, motivación y compromiso con su proyecto de vida. Afirma que al empezar a sentir un vacío, una extrañeza, pidió apoyo en un terapeuta; en esa relación terapéutica refiere que “recibió” muchos juicios y comentarios del psicólogo que orientaba a confrontarlo por sus actuaciones o comportamientos teatrales, como una forma de evasión (se describirá este aspecto en el apartado dedicado a la iatrogenia).

En la actualidad la visión de sí mismo esta menguada, con poca motivación para afrontar la vida y en sus palabras en un vacío profundo del cual aún no sabe cómo salir, manifiesta que es una situación de que ha tomado fuerza este último año con un fuerte impacto en su identidad.

6.5.5. Dificultades actuales

David manifiesta que actualmente se siente desorientado, especialmente en su identidad, manifiesta que ya no es la misma persona alegre de tiempo atrás, el gusto por la vida y por las actividades cotidianas no son igual, la participación en las clases en la universidad son mínimas y cada vez que interviene se cuestiona si realmente está siendo auténtico o si está actuando para caer bien; la sensación es de incertidumbre frente al futuro y de vacío permanente, manifiesta que mantiene comportamientos de retirada social (descripción en el apartado de actividad y pasividad).

Hace 4 meses sostiene una relación afectiva con una chica de 18 años, la cual inicio con mucha expectativa, pero que cree que esta situación emocional y de identidad está afectando su relación, cuestionando lo que siente por ella o los comportamientos que con ella realiza.

La relación con su madre también están girando alrededor de cómo ella intenta motivarlo a salir, a disfrutar de la universidad y él quisiera que solo se limitara a aceptar su condición, así que surgen discusiones y ante ellas él prefiere evitarlas.

Se identifica con el consultante un fuerte componente hiperreflexivo ante los acontecimientos y comportamientos, ya que los sobre evalúa.

Las dificultades actuales son expresiones de las restricciones configuradas en las debilidades de la historia, su sobrevaloración e hiperreflexión.

6.5.6. Evaluación por áreas

Funcionamiento de las áreas de salud:

Se identifica una alimentación aparentemente normal basado en lo carnívoro, en algunas oportunidades el horario no es el adecuado, come a deshoras, no se identifica ingesta de alcohol, ni de otras sustancias psicoactivas, no fuma.

Se evidencia poca actividad física deportiva.

Actividades:

Está dedicado exclusivamente al estudio con una jornada de tiempo completo entre clases y trabajo autónomo en una universidad privada.

Sus gustos giran alrededor de la lectura: literatura, filosofía y pertenece a un grupo de teatro.

En los días que se evidencia características depresivas, el ciclo de sueño se ve afectado, acostándose tipo 3 am y levantándose 11 am.

Los lugares en los que más identifica la manifestación de los síntomas es su casa, donde se encierra en su cuarto por horas seguidas, de igual forma en la universidad donde se identifica como poco participativo y cumpliendo tareas más que disfrutándolas; esto viene afectando su rendimiento académico y también ha impactado la relación afectiva con tu pareja.

6.5.7 Restrictores psicofísicos de lo noético:

Autodistanciamiento:

- Autocomprensión: Se evidencia confusión en su autoimagen, identidad y aceptación de la misma.
- Autoregulación: Existe al momento de la entrevista poca autorregulación de sus estrategias de segundo nivel (apatía, aislamiento).
- Autoproyección: Se evidencia mucha confusión en como verse a futuro, se dificulta proyectar un futuro con características propositivas, aunque manifiesta intencionalidad de cambio.

Autotrascendencia:

- Diferenciación: Se evidencia en el discurso del consultante dificultad de saber quién es frente a lo que le han dicho que debe ser o frente a lo que en la terapia anterior se le cuestiono o confronto como un personaje que actuaba, es importante revisar sus argumentos frente a los de familiares (Mamá, Hermano).
- Afectación: Es importante que pueda reconocer sus sentimientos frente a otro, ya sea familiares, pareja, salir de si (tratando de minimizar su hiperreflexión) al encuentro de otros para amar.
- Entrega: Se identifica que hay una profunda sensación de vacío frente a su quehacer y en especial frente a su futuro como psicólogo, su misión, su sentido de vida.

6.5.8 Actividad y pasividad (E.A.)

Estrategias de afrontamiento:

En el caso de David no se identifican estrategias de primer nivel, en cuanto a las de segundo nivel se identifican el aislamiento, silencios prolongados, dormir hasta tarde, hiperreflexión.

Las estrategias de tercer nivel se evidencian reflexiones e ideas alrededor de su situación personal, logra diferenciar elementos que en el pasado le han traído complicaciones, (aunque tiende a la hiperreflexión).

La estrategia de cuarto nivel hay intencionalidad de cambio y desea hacer uso de su capacidad de elegirse.

6.5.9 Diagnóstico alterno

David expone que tiene muy buenas relaciones con sus amigos, son y han sido un pilar importante en su vida, igualmente considera a su familia como pilar relevante en su vida. Refiere tener facilidad para el análisis, especialmente con lo referente a la literatura y cuestiones académicas,

El teatro le ha dado momentos especiales y en la construcción de personajes le va muy bien, y aunque ahora le ha perdido gusto, considera que ha tenido momentos especiales alrededor de este hobbie, pues le daba en algunos momentos libertad y espontaneidad.

Al hacer referencia a momentos importante y positivos de su historia (huellas de sentido), relata recuerdos de su infancia, recuerda momentos que el asume como “simples” pero sumamente significativos entre los cuales se encuentran los juegos de infancia con los primos en casa de la tía, el primer amor, la primera novia, el primer beso; también relata que para él es muy importante conocer gente nueva, de ahí que recuerde mucho su colegio de infancia y experiencias como trabajos grupales como exponer.

En cuanto a su familia expresa recuerdos con su hermanos que giraban alrededor de actividades lúdicas como pintar o dibujar, con el papá recuerdos de identificarse con él, de acompañarlo en su trabajo, de vestirse como él, y con su mamá recientemente

encontró una carta de su infancia en la que siendo niño le expresaba a su madre cuanta falta le hacía, esto le ha ayudado a comprender lo importante que es ella para él.

6.5.10 Iatrogenia e hiperreflexión

El consultante manifiesta que un año atrás, al sentir con dudas frente a su motivación e identidad, inicio un proceso psicoterapéutico con un terapeuta humanista, tuvo alrededor de 6 sesiones con este profesional y referencia que después de esas intervenciones se sintió aún más depresivo y con una crisis de identidad, cayendo en lo que él llama un profundo vacío y sin sentido.

Enuncia el consultante que dentro de esas intervenciones se sintió enjuiciado y confrontado excesivamente, cada vez que manifestaba una característica “histriónica” era confrontado con la premisa “¿...Que personaje quieres actuar hoy?” llegando a un momento de complejidad, donde se veía a sí mismo como “nadie” actuando siempre.

Esta situación, mas características hiperreflexivas le llevaron a una situación de complejidad, lo que genero que abortara dicho proceso.

Las primera sesión se identifica una actitud de expectativa y de tratar de identificar si esto se podría repetir en el proceso, después de las dos sesiones manifiesta sentirse más cómodo en este proceso y valora la actitud de no juicio.

Es probable que el terapeuta anterior haya confundido el estilo de personalidad, con el trastorno de personalidad y haya restringido recursos psicológicos del consultante.

Se identifica una motivación proactiva ante el proceso que se está adelantando y dentro de sus objetivos esta intentar recuperar “aquello perdido”.

6.5.11 Diagnóstico interactivo e integrativo de los datos

Se identifica con el consultante un síndrome desmotivacional, posiblemente con una pérdida de sentido de la vida y crisis de identidad, neurosis iatrógena, y problemas paternos filiales (Mamá) que se deberán revisar dentro del proceso; de igual forma se identifican problemas de tipo académico como consecuencia de la manifestación de los síntomas.

Eje I: No se identifican en el consultante trastornos clínicos.

Eje II: No se identifican trastornos de la personalidad.

Eje IV: Z55.8. Problema académico. Z63.8. Problemas paterno filiales.

Eje V: EEAG 90.

6.5.12 Plan de tratamiento

Se establece como prioridad identificar el estilo de personalidad y contrastarlo con las características disociadas que se puedan estar presentando, anudado a ello, se revisarán sus actividades y pasividades correctas e incorrectas

En términos de autodistanciamiento se centrará el trabajo en la autocomprensión de sí (estilo), la aceptación de los elementos facticos de su historia personal y familiar, en especial la muerte violenta del padre y su relación con la madre. Se revisará elementos de autorregulación frente a los síntomas, especialmente de los elementos de hiperreflexión.

La autoproyección se centrará en la revisión de su proyecto de vida como psicólogo y el afianzamiento del proceso terapéutico desde una relación sin prejuicios.

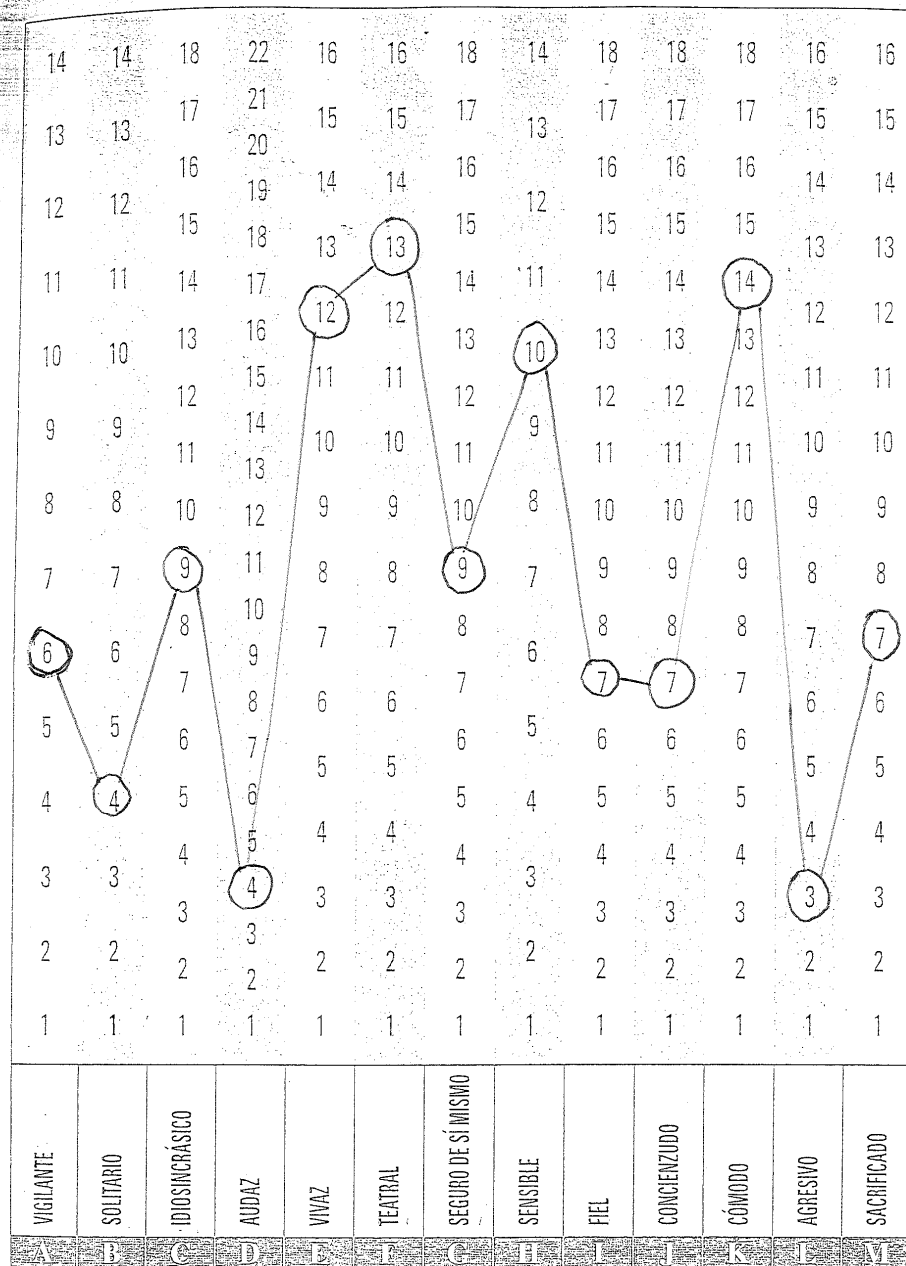
En cuanto a los recursos de autotrascendencia se revisará el reconocimiento del otro (diferenciación), no como a uno que hay que satisfacer para que le vea, sino como otro diferente que tiene una historia (su madre, su novia, su hermano). Su afectación y entrega se orientarán en encontrar o recuperar el sentido de vida y sus lazos afectivos.

Aplicación de pruebas post test (opcionales).

Se aplicó el test de autorretrato para confirmación de estilo de personalidad teatral

Se expone tabla de resultado: test de autorretrato David

GRÁFICO DEL AUTORRETRATO



7 Procedimiento para análisis de la información

Para efectos de la presentación y el análisis de la información del estudio de caso se describen cada uno de los momentos y el paso a paso del proceso:

- La información recopilada de las sesiones psicoterapéuticas que fueron documentadas (grabación de voz).

Es importante dejar sentado que al momento de la elección del caso para efectos de esta investigación, ya se habían adelantado 6 (de las 10) sesiones del proceso; al ser un caso con una temática importante y con pertinencia de investigación, se eligió, teniendo en cuenta que dicho proceso se orientó desde una perspectiva humanista existencial e integrando los avances experienciales y conceptuales que la maestría ha dado en la formación al psicoterapeuta.

Este primer momento se orientó a la transcripción de las sesiones que fueron grabadas, se procedió a identificar cuáles son las variaciones de sentido en la descripción del sujeto participante en la investigación y se demarco el texto en unidades de análisis que se presentaran en el siguiente cuadro; esto permitió organizar la información de manera práctica y guardar relación con la intención global de la experiencia del sujeto.

De estas sesiones se identificó la información de acuerdo a las categorías y subcategorías propuestas para la investigación, se realizaron las transformaciones de acuerdo a los componentes teóricos de la investigación y posteriormente fueron trianguladas con las observaciones de un tercero; en este caso, con el director del proyecto de investigación con quien se llevaron a cabo diálogos (entre el investigador y el supervisor o tutor) los cuales permitieron confrontar las reacciones, percepciones o distorsiones que se han podido generar ante el análisis o interpretaciones llevadas a cabo hasta el momento, con el fin de llegar a consensos respecto a la comprensión de la experiencia en estudio, de igual forma esto también se llevó a cabo contrastando la información con el segundo momento del proceso que se realizó a partir de una entrevista en profundidad.

- Se realizó una entrevista semiestructurada en profundidad de acuerdo a las categorías y/o unidades de análisis.

Dado que al momento de seleccionar el caso para el presente estudio ya se habían realizado 6 sesiones y que solo se tienen documentadas (grabadas) las ultimas 4 sesiones, se diseñó y aplicó una entrevista semi estructurada que permitiera recoger las impresiones e información y dar la validez necesaria para este estudio de caso. La entrevista se basó en 7 preguntas abiertas que permitiera la emergencia de los sentires, interpretaciones y comprensiones del consultante frente al proceso psicoterapéutico, tanto con su terapeuta anterior como con el actual, y desde las cuales se pudiera ahondar en las subcategorías planteadas para esta investigación. En este mismo sentido, lo encontrado fue dispuesto en una rejilla de recolección de información, realizadas las transformaciones (en un discurso técnico y/o académico), contrastadas con las observaciones que un tercero (en este caso un tutor) puede hacer, apoyando la triangulación de la información.

A continuación se presenta en un cuadro la *Categorización de las Unidades de Análisis*: aquí se sintetizaron las experiencias del sujeto participante en la investigación en diferentes categorías de análisis, que enmarcan el significado que éste expresa acerca de su experiencia y del interés emergente del investigador.

7.1 Operacionalización de las categorías y unidades de análisis:

Tabla 1: *Operacionalización de las categorías y unidades de análisis*

Categoría de análisis	Subcategorías	Referentes y/o Autores Teóricos	Método y/o Técnica de recolección de información
Actitud Fenomenológica: La actitud fenomenológica en el humanismo existencial es base importante del proceso terapéutico, éste es concebido bajo una noción antropológica y filosófica que se invita a la comprensión de la trascendencia de la escisión cuerpo/mente, un pilar importante para ello es comprender en términos de Heidegger que el Dasein es un ser-en-el-mundo (Heidegger en	Conciencia de lo relacional: Desde una perspectiva relacional, cada palabra, cada gesto, cada acción, emerge de nuestra situación compartida. Lo mismo sucede con cada experiencia, ya sea una sensación física, un sentimiento, un pensamiento, una fantasía, etc., por muy personal, privado o individual o incluso egoísta que parezca, es siempre una situación relacional. Una confusión común, consiste en considerar como relacional solo aquello que es empático y abierto al dialogo, y concebir las acciones egoístas o las que rechazan la vinculación como	Martínez Efrén 2013, Martínez Yaqui, 2012	Entrevista en profundidad (sesiones terapéuticas – Entrevista)

<p>Martínez 2012), la existencia humana es una relación (Martínez, 2012).</p> <p>Desde esta perspectiva la relación interpersonal entre terapeuta y cliente es imprescindible y es muy probable que de ella dependa el éxito del proceso psicoterapéutico (Corbella y Botella, 2003 en Martínez E. 2013).</p>	<p>individualistas, sin embargo aún la acción más egoísta es una respuesta a la situación relacional. La distinción que puede hacerse, sobre todo para el trabajo terapéutico, es entre un trabajo que reconoce, concientiza o parte de la conciencia de la relación en la situación relacional; a uno que no lo hace. (Martínez Y, 2012 p. 270).</p>		
---	---	--	--

	Aceptación Incondicional: Algunas de las características más importantes que el psicoterapeuta debe tener, vivir o experimentar es la aceptación incondicional por el cliente, un interés genuino por el cliente, un aceptarle, recibirle, un proceso empático y autenticidad como elementos claves de la relacion (Rogers 1988 en Martinez E. 2013),	Carl Rogers en Efren Martienez (2013)	Entrevista en profundidad (sesiones terapeuticas – Entrevista)
	Saberes y actitudes terapéuticos: - Saber acoger: Es convidar al otro para	Emilio Romero (2003)	Entrevista en profundidad (sesiones

	<p>que sea él mismo, sintiéndose a gusto en nuestra presencia. En los gestos, en la mirada, en los movimientos, en las palabras, expresamos esta invitación. En todo emprendimiento necesitamos de auto- confianza, la seguridad es el suelo ontológico de la existencia. El auto confianza es la consciencia de que tenemos capacidades, recursos para superar nuestra situación vital; ella depende en buena medida tanto de la seguridad básica como de la situación concreta.</p> <p>- Saber empatizar: En la comprensión empática, la actitud del terapeuta será algo diferente. El infortunio del paciente lo tocará de alguna manera, verá sus motivos e inclusive sus errores con benevolencia, no expresando nada, pero él se dará cuenta que lo juzgan. No</p>		terapéuticas – Entrevista)
--	--	--	----------------------------

	<p>implica que la persona se omita para evitar una abierta divergencia. Es la comprensión; su sentido existencial es encontrar en sí mismo, siquiera a título provisorio, lo que está afectando al otro. En ese acompañamiento podemos divergir e inclusive confrontarnos con él. La empatía no es una forma de complicidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saber escuchar: Significa estar disponibles, sin ánimo preconcebido, sin necesidades urgentes de expresión personal. Se trata de captar un mensaje atendiendo a su sentido menos explícito, abriéndose inclusive a su invitación. - Saber observar y saber estar atento: Saber estar atento permite observar el movimiento vivencial manifiesto en el transcurso y las diversas expresiones del interlocutor y de sí mismo. Pues en la 		
--	--	--	--

	<p>relación siempre hay también un movimiento vivencial en el terapeuta, donde el terapeuta también se siente afectado por lo que le sucede al cliente. Por lo tanto, se requiere estar atento a lo visible y a lo invisible, a lo que muestra disfrazándose y a lo que se disfraza para poder mostrarse; significa intentar hallar una vía posible de mutuo entendimiento, en el presupuesto de la reciprocidad.</p> <p>- Saber indagar y cuestionar: El terapeuta toma iniciativas dirigidas a buscar tomar iniciativa, a profundizar y enriquecer la experiencia del interlocutor; de manera que se puedan obtener mayores esclarecimientos que permitan una mejor comprensión del asunto. Se puede entender como, invitar a la persona a develar aspectos menos frecuentados por ella, junto con examinar con mayor</p>		
--	---	--	--

	<p>atención sus circuitos de tránsito, sus programaciones y condicionamientos. Es así como se obliga al sujeto a encarar una situación que él encubre o esquivo.</p> <p>- Saber orientar y estimular: Generalmente el paciente busca ayuda psicológica cuando está pasando por un período de desencuentro consigo mismo, en algún área básica de su mundo. Es por ello que como terapeutas, le damos al paciente alguna coordenada que le permitan percibirse mejor en esa red, buscando que logre una mayor comprensión de la realidad. Saber estimular, por su parte, no se trata de elogiar al cliente, ni de acariciar su narcisismo, esto muy ocasionalmente se puede hacer ya todos merecemos un elogio de vez en cuando, sobre todo cuando es más que justificable. en el momento en que el</p>		
--	--	--	--

	<p>terapeuta acoge, ya se encuentra estimulando, mediante la mirada cordial, el gesto tranquilo, el acompañamiento atento, la palabra interrogativa; todo esto son las formas de una invitación para encarar de un modo valiente y positivo</p> <p>- Saber ser objetivo: Implica poner entre paréntesis, por lo menos momentáneamente, la propia subjetividad para ver el objeto sin prejuicios. Saber ser objetivo es dejar hablar al objeto, asumiendo una actitud neutra y atenta. No significa descomprometerse con la propia subjetividad, puesto que esto, llevaría a imposibilitar la relación que se propone en esta forma de encuentro.</p>		
	<p>Presencia y Apertura:</p> <p>Presencia y la apertura son dos pilares fundamentales sobre los cuales reposa la</p>	Irvin Yalom (1984)	.

	<p>aproximación terapéutica de corte humanismo existencial, desde esta postura si un terapeuta desea realmente favorecer un encuentro genuino con su consultante, debe hacer algo más que observarlo y escucharlo, debe invitarse a vivir plenamente a esa persona, lo cual requiere que el terapeuta se abra honestamente al consultante y esté tan presente que pueda relacionarse con él de manera íntima y auténtica, sin permanecer pasivo, desprendido ni escondido (Yalom, 1984).</p>		
<p>Neurosis Iatrogénica Frankl (1992): “las neurosis iatrógenas forman, como si dijéramos, un subgrupo de las neurosis reactivas. Llamamos neurosis iatrógenas a aquellos estados morbosos</p>	<p>Imprudencias e irresponsables declaraciones: Frankl (1992): “nada hay que temer tanto como a aquellos médicos (psicoterapeutas) que por sus imprudencias e irresponsables declaraciones a sus pacientes han llegado a tal maestría en el cultivo de neurosis</p>	Víctor Frankl (1992)	Entrevista en profundidad (sesiones terapéuticas – Entrevista)

(preferentemente neuróticos) en los que posteriormente se comprueba que el médico (Iatros) ha puesto el factor patógeno”.	iatrógenas que cabría hablar de ellos, con razón como de unos iatrógenos”.		
	Diagnósticos apresurados: Un aspecto importante que resalta Frankl al hablar de la prevención de la iatrogenia es el arte que el terapeuta deberá ejercitar al saber callar, en sus palabras, ser capaces de cerrar la boca; no realizar diagnósticos apresurados puesto que esto puede traer consigo efectos neurotizantes (Frankl, 1992).	Frankl (1992)	Entrevista en profundidad (sesiones terapéuticas – Entrevista)
	Propiciar la Autoobservación Forzada: Frankl expone: Una prevención importante es procurar explicar al paciente el papel que desempeña la angustia de expectativa en la patogenia y la importancia de la autoobservación forzada que, como tal es	Frankl (1992)	Entrevista en profundidad (sesiones terapéuticas – Entrevista)

	capaz de interferir todas las funciones de regulación automática. El solo hecho de dirigir la atención hacia ellas, o sea la autoobservación forzada, ya es capás de por sí de hacer concientes ciertas sensación subliminales (Frankl 1992, p. 174).		
--	---	--	--

Nota: Expone la operacionalización de las categorías y unidades de análisis. Elaboración Propia (2016)

8 Resultados

8.1 Rejillas De Recolección De Información: Sesiones Psicoterapéuticas

8.1.1 Categoría de análisis: Actitud Fenomenológica

Tabla 2: *Categoría de análisis: Actitud Fenomenológica*

Subcategorías	Preguntas, Afirmaciones o premisas del terapeuta respecto al proceso psicoterapéutico	Respuestas o discursos del consultante	Transformaciones (Lenguaje científico)	Observaciones (La voz del tutor)
Conciencia de lo relacional	<p>¿No sabes nadar? No, yo no te creo.</p> <p>¿Cómo así que no sabes nadar? Yo no lo sabía.</p>	<p>“No yo no sé nadar, tengo como una fobia a soltarme en la piscina y no la quiero trabajar todavía.”</p> <p>“No porque yo sufrí de asma de chiquito, yo te conté, y claro esos paseos de piscina, no no vaya por que el asma yo no sé</p>	<p>En una relación terapéutica cada uno pone su ser en el proceso, de ahí que el asombro, la duda, o lo jocoso puede ayudar a co crear la relación pues como expone. (Martínez, E. 2012)</p> <p>Lo relacional en psicoterapia implica un doble foco de atención, la</p>	<p>“Considero que el tipo de pregunta y la forma de la misma invitan a la relación real sin las talanqueras que en ocasiones pueden generar los roles.”</p>

		<p>qué y yo no sé cuánto, entonces no se me dio la oportunidad. Además cuando yo era chiquito mi papá era... muy agresivo cuando me enojaba, entonces puuuuum al tanque, ahí un rato y salga y entre y salga. Entonces yo noooooog volví a ir a esos espacios.”</p>	<p>revisión por parte del terapeuta a sí mismo como también por parte del consultante, una constante revisión de cómo se afectan el uno al otro, como se influyen y como se va cocreando la relación.</p>	
	<p>¿Pero está bien para ti esto? O sea en algunas conversaciones yo a veces no siento las ganas de hablar o de participar, digo uy no...</p>	<p>“Pues a mí me moviliza, porque no es realmente en un espacio de tiempo si no todos los espacios de tiempos. Entonces uno se queda como entonces, ¿qué paso en este día?”</p>	<p>La relación terapéutica busca generar una base segura, un clima, un encuentro existencial para los procesos de cambio y transformación en la co - creación que terapeuta y cliente realizan (Martínez, Rodríguez, castillo y</p>	<p>“Considero acertada la postura y acción terapéutica que se genera de la misma, al valorar la transparencia, con sus límites obvios, como elemento indispensable para la apertura del consultante.”</p>

			Pacciolla. 2015). Abrirse como terapeuta y ser transparente a tal punto de compartir experiencias.	
	Bien... Propone algo para esta sesión	(Risas) “me lo hubieras dicho en otra sesión... ahhhhhhhh te hubiera hecho una propuesta... Pero aaaaayyyy en esta sesión...”	Yalom, I (1984) expone que un buen proceso terapéutico es aquel donde no se trata al paciente como objeto de técnicas sino "reuniéndose con él", implica entonces una comunicación existencial. El terapeuta no es un director, ni un instructor, sino sólo un "catalizador", relacionándose con el paciente de una manera	“Considero apropiada la intervención de Alex con su consultante, ya que, a través de esta pregunta, no solo lo invita a proponer un tema de su interés en el espacio terapéutico, sino que, además, abre la posibilidad a que el consultante clarifique en que consiste el espacio terapéutico.”
	Registra esto, registra todo eso que hiciste en esos 4 o 5 segundos.	Risas...		
	Revísalo, chequéalo, ¿que produjo eso? ¿Si? Porque lo que yo sentí es como	“Es como que chévere la oportunidad, pero igual cuando me meto en ella no sé qué		

	<p>ouuuuuuh algo voy a proponer y voy a ofrecer, tengo la oportunidad, se me abrió un espacio para yo meter ahí algo, esa es mi sensación, ¿qué registras tú?</p> <p>Cuéntame un poco como te fuiste con el ejercicio de hace quince días</p> <p>¿Cómo te vas?</p> <p>Voy a hacerte una pregunta y quiero hacértela con todo el respeto que puedo</p>	<p>hacer.”</p> <p>“¿El de mi papá?”</p> <p>“Bien, pero me hace falta hacer como un resumen porque siento que se me han olvidado. Ayúdame.”</p> <p>“Es que eso es lo que me dice Raymundo y todo el mundo, acordate de la clase de</p>	<p>auténticamente amorosa, en procura de auténtico encuentro.</p> <p>Toda intervención, ejercicio de hacerse cuidando la relación, buscando saber que impacto tuvo para así cuidar lo relacional. Mantener en la psicoterapia nuestros ojos en la relación, en lo que somos frente a otro, en lo que somos para el otro; en lo que concierne entonces a la psicoterapia existencial un terapeuta sostiene una actitud de</p>	<p>“Considero que la última pregunta está formula en términos de respeto al consultante lo que evidencia la conciencia de lo relacional.”</p>
--	---	---	--	---

	<p>ofrecerte, y si está mal formulada me la cuentas para que la revisemos, hasta qué punto esto se está volviendo repetitivo</p>	<p>intervención grupal, digo tenga más confianza, pero las personas me dicen, pero yo te veo seguro, yo te veo una persona confiada en vos, pero no es así como yo me siento, y lo de repetitivo, sí. Yo me siento siempre en un ciclo, hasta que termino en esa parte que te digo, me desmorono totalmente, el importaculismo, es como ese pedacito donde digo que me siento cansado de tantas emociones corriendo dentro de mí, y ya después vuelvo después al sitio. Creo que puede ser, o no que pueda ser, es que es así, es que soy demasiado perfeccionista en ese sentido.”</p>	<p>cuidado a la relación, pues como diría Yalom (1984, p. 481) “Lo que cura es la relación”</p>	
--	---	---	---	--

Aceptación Incondicional	Tú me decías en algunas sesiones “pero es que eso el otro terapeuta antes me lo confrontó”, y yo por todo lo contrario te decía dale, métete ahí...	“Son los primeros pasos, es como recuperarlo ya uufff...”	Algunas de las características más importantes que el psicoterapeuta debe tener, vivir o experimentar es la aceptación incondicional por el cliente, un interés genuino por el cliente, un aceptarle, recibirle, un proceso empático y autenticidad como elementos claves de la relación (Rogers 1988 en Martínez E. 2013).	“La aceptación incondicional es un aspecto fundamental en la terapia existencial, y aunque la terapia debe permitir que el consultante se confronte a sí mismo, ello no parte de una actitud confrontadora por parte del terapeuta.”
Saberes y actitudes terapéuticas	Ayúdame a entender algo... Es que cuando tú hablas de inseguridad pueden ser muchas cosas;	“Yo diría más de la primera, ya no es tanto de si soy yo o no soy yo.”	En algunas oportunidades El terapeuta toma iniciativas dirigidas a buscar profundizar y enriquecer la	“Es importante que el terapeuta clarifique los contenidos que ofrece el consultante, de otro modo,

	<p>cuando a mí me dicen “Alexander, presente esta ponencia en simbiosis”, y yo digo “Uy... pero cómo hago eso, cómo lo armo?”, en cierta medida estoy inseguro, hasta que no encuentre cómo, no voy a tener la confianza suficiente para decir ah ok es así, a eso, yo le podría llamar inseguridad, pero también podría llamarle inseguridad a (y vuelvo y traigo las palabras de hace varias sesiones atrás) si hago esto soy yo quien lo está haciendo o estoy actuando?; ¿De cuál de esas dos inseguridades</p>		<p>experiencia del interlocutor, de manera que se puedan obtener mayores esclarecimientos que permitan una mejor comprensión del asunto (Romero. 2003).</p>	<p>perderse será una posibilidad que afectará en adelante los resultados del proceso.”</p>
--	--	--	---	--

	<p>estamos hablando?</p> <p>¿Cuándo te hablo de esto de angustia (en términos más ontológicos) versus el saber angustiarse, me hago entender a lo que quiero llegar?</p> <p>Cuando hablas pareciera que la vida te va trayendo cosas, y tú las asumes así como jum. Entonces ¿qué paso este día? No pasó nada. Entonces acá sería interesante preguntarnos ¿qué haces tú para que pasen las cosas?</p>	<p>“Es darle un buen uso a la angustia, no es que si no me angustiara no pasaría absolutamente nada.”</p> <p>“Es más que todo, cosas para divertirme, cosas para... Me bloquee (risas) Es como lo que está pasando en este momento, quiero hacer algo pero no sé qué, no sé cómo quiero vivir, entonces no sé cómo me quiero divertir, entonces no sé qué hacer en el instante y entonces ya.”</p>	<p>Es invitar a la persona a develar aspectos menos frecuentados por ella, junto con examinar con mayor atención sus circuitos de tránsito, sus programaciones y condicionamientos. Se obliga al sujeto a encarar una situación que él encubre o esquivo. (Romero. 2003).</p>	
--	---	--	---	--

	<p>Quiero traer a colación algo que tu dijiste... utilizas la palabra sumergir, y es interesante eso que me dijiste al empezar la sesión... cuando tu papá te sumergía en el tanque y por supuesto que estando sumergido tengo la sensación de no sé qué hacer y... como que hubiese algo que lo detuviera, en este caso tu papá. Una fuerza de alguien mayor, de alguien más grande posiblemente</p>	<p>“Si”</p>	<p>Dentro del proceso es válido como diría Romero (2003) que el terapeuta Le dé al paciente alguna coordenada que le permitan percibirse mejor en esa red. Con el objetivo que logre una mayor comprensión de la realidad.</p>	<p>“Considero que dar coordenadas es válido, no obstante, recomendaría no hacer un juicio de valor a la misma, en términos de positiva o negativa, solo “asociación interesante””</p>
--	--	-------------	--	---

	<p>te ponía esa resistencia.</p> <p>Me parece curioso, es una asociación positiva interesante, ¿cómo te parece a ti?</p>	<p>“Pues cada vez que yo me imagino ese sumergirse es realmente meterse al agua y cuando yo inicio a usar esa palabra, digo que irónico, porque sumergirse en la vida, pero yo no me sumerjo en la piscina, que es como lo más... lo más, material del asunto, no tan simbólico, si no realmente sumergirse en la piscina. Y en la piscina no soy capaz de estar totalmente libre, porque con eso lo asemeje la última vez, la última vez lo asemeje con que no me suelto y en la piscina que es donde más suelto o libre</p>	<p>Poner en paréntesis nuestras interpretaciones es importante, es Saber ser objetivo es dejar hablar al objeto (Romero 2003). Y que este encuentre sus dares cuenta.</p>	<p>“Importante la actitud fenomenológica para reducir al máximo la contaminación del fenómeno emergente en la sesión.”</p>
--	--	---	---	--

		<p>debería estar, menos, estoy ahí atado al piso.”</p>		
	<p>¿Que ves? ¿Que ves ahora?</p>	<p>“Que estos seres “que habitan en mi”, me dan vida, en la última terapia descubrí que están ahí, pero sigamos ahora hay que llenarlos de sentido, de valor y ponerlos a jugar.”</p> <p>“Porque por así decirlo mi noción de vida, es la vida es un juego, un juego importante, pero un juego y necesito recuperar eso. Necesito recuperar la vida, o si no me la voy a amargar, volver a darle ese sentido”</p>	<p>Escuchar entre líneas lo que el consultante desea manifestar y apoyarle en esa organización, Se trata de captar un mensaje atendiendo a su sentido menos explícito (Romero 2003).</p>	<p>“Facilitar el autodistanciamiento y específicamente la autocomprensión.”</p>

	<p>Eso es, esa es la sensación, es un poco encontrar un lado femenino de la vida, el que se entrega, el que se da, el que se conecta, y darle un descanso a ese lado masculino que es ese que dice esto va a acá esto es así.</p>	<p>“Igual creo que hace parte. Pues como ya lo habíamos hablado la otra vez, la depresión es algo muy femenino, muy de esas fuerzas femeninas, y estos días es como si hay un parte de mí mismo, que dice me voy a tomar en serio, me voy a tomar mi vida y todo esto es como si algo dentro de mí se empodera, obvio soy yo, y empieza a reorganizar que también me parece re importante.”</p>		
--	--	---	--	--

Presencia y apertura	<p>Se mueven porque tú eres lo que eres, inspiras</p> <p>¿Qué le dirías a tu papá?</p> <p>Pareces un chico enojado, manos en la cintura, ceño fruncido, aprietas la boca, estas respirando profundo, pero no les dices nada</p>	<p>“Pero desde mí, porque si no vuelvo y me envolato, no que le tengo que dejar a la otra persona, sino que soy yo y a partir de lo que soy yo eso es lo que doy, punto, eso también es darse su lugar.”</p> <p>“Nada, nada. Es más, nunca les digo nada, me encierro, solo.”</p> <p>“No, no hay necesidad.”</p>	<p>Estar presente implica poder expresarse mutuamente lo que se piensa y se siente (Yalom 1984), hacienda incluso los reconocimientos que se merece (Romero 2003).</p> <p>En palabras de May (1982) “estar presente es lo que permite comprender y sentir la experiencia de ser de la persona, y esto exige tener una actitud de apertura ante la situación concreta que se está compartiendo en el presente, la cual debe darse de manera simultánea consigo mismo y con el otro”.</p>	<p>“La presencia, le permite al terapeuta no perder la conexión con el consultante, y a este último le genera un contexto seguro.”</p>
----------------------	--	--	---	--

--	--	--	--	--

Nota: Expone la Categoría de análisis: Actitud Fenomenológica de las sesiones psicoterapéutica. Elaboración propia (2016)

8.1.2 Categoría de análisis: Iatrogenia

Tabla 3: *Categoría de análisis: Iatrogenia*

Subcategorías	Preguntas, Afirmaciones o premisas del terapeuta	Respuestas o discursos del consultante	Transformaciones (lenguaje científico)	Observaciones
Imprudencias y declaraciones irresponsables	Y ¿te han criticado? ¿Te han hecho ese tipo de críticas cuando has sido elocuente, cuando has sido espontáneo?	“Creo que se ha hecho... Pero a la vez (se enreda un poco al hablar) tengo rabia, esto me resultó en la terapia pasada, yo antes cuando hablaba no me pasaba esto, (risas) equivocarme con las palabras,	De acuerdo con Díaz y Martínez (2013) hay que cuidarse de hacer formulaciones de manera poco clara, confusa o ininteligible que generen mayor confusión en el	“Considero que la formulación de la pregunta está bien elaborada, ya que señala la acción como espontaneidad, lo cual evita el tinte patológico de la misma.”

		ahora si.”	consultante y aumenten sus niveles de ansiedad o auto descalificación.	
Diagnósticos Apresurados	Tu decías cuando llegaste a esto de confiar y lo anudábamos un poco a este piso que se te movió con el proceso anterior, ¿si?; entonces un poco devolviéndote la pregunta es ¿Cómo está ese piso?,	“Volví a integrar todas esas partecitas mías que el algún momento estábamos tocando en la terapia anterior que yo las llamaba personajes.... de los arquetipos, entonces que hay 12 arquetipos , que está el héroe, que está el sabio que está esto, que está todo aquello, que eso son arquetipos del inconsciente y esos arquetipos son partecitas mías; que algunas veces se aflora como el héroe, en algún momento como el sabio, en algún momento como el bufón y no está mal, no es algo de que esté siendo	Se evidencia una integración de la personalidad, aquellas partes de sus personalidad que fueron catalogadas de personajes, de una u otra forma son integradas, trascendiendo como diría (Frankl, 1992) el realizar diagnósticos apresurados puesto que esto puede traer consigo efectos neurotizantes	“Es importante que el consultante pueda integrar su modo de ser de manera autentica, es decir, que refleje a la verdadera persona, más que su facticidad psíquica.”

		<p>inauténtico, entonces eso de alguna manera me ayudó a ‘puedo ser esto’”</p>		
	<p>Me importa poco si voy a agradar, me importa poco si voy a ser elocuente, me importa poco esto, ¿serías capaz?</p>	<p>“Es que yo la he tomado, o sea si me decís en qué precisos momentos he logrado ser más espontáneo y todo eso que es como lo irónico, listo me deja de preocupar y punto, aparece esto de tomar la actitud ‘importaculista’, incluso en la terapia anterior yo llegué con eso, no me importa lo que piensen los demás, y si vos me ves, en los primeros semestres yo andaba con unas pintas</p>	<p>Siguiendo como expresa (Frankl, 1992) realizar diagnósticos apresurados ... es probable que el terapeuta anterior haya confundido el estilo teatral de la personalidad con el trastorno histriónico de la personalidad y esto puedo traer consigo efectos neurotizantes</p>	<p>“Muy importante establecer la diferencia entre estilo y trastorno de la personalidad, a efectos de evitar la neurosis iatrogénica y permitir que el consultante pueda ser.”</p>

		<p>realmente extravagantes, quizás por eso el histriónico, yo andaba con mis botas, a veces tenía hasta una pañoleta acá en el cuello, mis collares, mis manillas, me gustó? Sí, me gustó, ¿Qué van a decir los demás? Me importa un culo, y ese me importa un culo es saber que muy probablemente la gente va a mirar, la gente va a hablar, la gente va a decir, sí, no me importa y no me va importar.”</p>		
Propiciar la Auto	De una u otra forma podemos decir, que esto	“¿La hiperreflexión?”	Una forma de prevención y de trascendencia de la	“La auto-observación tiene como único fin que el

observación Forzada	<p>que ha sido tan complejo, de la hiperreflexión, de estarme atento, ¿te está sirviendo para encontrar un camino de acercarte al otro?</p> <p>Todo esto que te ha venido pasando</p>	<p>“Más que al otro, es al momento. Y en esas estoy en aprender a vivir el momento, es no estar tan pendiente de mí, yo creo que en algún momento que eso de ser consciente no aplica tan excesivamente, ser consciente es mirar lo que va saliendo de ti, no mirar por qué hiciste o dijiste esto, no, simplemente observe y obsérvese como van saliendo las cosas y conéctese con lo</p>	<p>iatrogenia sería No Centrarse demasiado en el síntoma y ayudar a desplegar los recursos, al igual que ayudando el sano descentramiento.</p>	<p>consultante pueda lograr una comprensión de sí, que le permita identificar cuando una conducta es atraída por un valor conectado con la otredad o cuando es empujada por un miedo, en este caso, a no ser visto en el mundo.”</p>
------------------------	---	--	--	--

	<p>¿Qué es lo valioso de estar con una persona y acompañarla?</p>	<p>que siente y expresa.”</p> <p>“No sé, ahora siento que de alguna manera estoy recuperando eso que sentía perdido, que era poder reflexionar un poco más claro, antes reflexionaba muy bien así, y si yo me iba meditaba y luego reflexionaba era una conversación clarita.”</p>		
--	--	--	--	--

Nota: Expone la Categoría de análisis: Iatrogenia de las sesiones psicoterapéuticas. Elaboración propia (2016)

8.2

8.3 Rejilla de recolección de información entrevista en profundidad

8.3.1 Categoría Actitud Fenomenológica

Tabla 4: *Categoría Actitud Fenomenológica*

Subcategorías	Preguntas	Respuestas, Discurso del consultante	Transformaciones	Observaciones
Conciencia de lo relacional	¿Tú, como podrías describir la relación terapéutica que tuvimos en este proceso?	“La relación que hemos tenido dentro del proceso ha sido de confianza, desde el principio yo te comente que el principal problema que tuve con el anterior terapeuta fue la relación, te contaba que me cuesta, hay veces meterme en la interacción con las personas, es como si pusiera una barrera. Entonces creo que eso lo tuviste muy en cuenta en todo el proceso que llevamos”	Desde la perspectiva humanista existencial somos seres - en - el – mundo, lo cual implica siempre una relación con los otros, este es un principio psicoterapéutica base para generar un espacio cálido y comprensión mutua, pues como lo expresaba Martínez (2012), la existencia humana es una relación	“Es precisamente la relación terapéutica la que debe modelar y posibilitar que la relación o el ser-en-el-mundo se experimenten de manera trascendente, y en este sentido, la actitud corporal y anímica del terapeuta es importante, lo cual es descrito por el consultante.”

	<p>¿Que opinión te da dentro de este proceso, mis gestos, mi posición, mi mirada, que impresión te da? (Pregunta Emergente de la pregunta ¿Tú, como podrías describir la relación terapéutica que tuvimos en este proceso?)</p>	<p>“Cauteloso, con cuidado, con mesura. Diciendo lo que hay que decir, pero buscando la mejor manera para hacerlo”</p>	<p>Ha sido importante plantearse dentro del proceso terapéutico el cuidado a la relación, reconocerla, y especialmente sostenerla en un ambiente adecuado, pues como expresa Corbella y Botella, (2003) en Martínez E. 2013), la relación interpersonal entre terapeuta y cliente es imprescindible y es muy probable que de ella dependa el éxito del proceso psicoterapéutico</p>	
	<p>¿Podrías describir de</p>	<p>“¿Cómo la considero? Un</p>	<p>Es probable que se haya</p>	<p>“Si el consultante no se siente</p>

	<p>forma detallada como consideras la psicoterapia con el terapeuta anterior?</p>	<p>enredo total, porque habían cosas, como te digo, que no se manifestaron desde un principio y que era necesario, porque había esa incomodidad por mi parte no manifestarlo, no sé si ya le estoy atribuyendo algo a él, pero él por su parte no comprendía eso”</p> <p>“Y cuando llego acá me doy cuenta que hay muchas cosas</p>	<p>descuidado la relación terapéutica en el proceso anterior, y esta es vital desde esta perspectiva, pues como expresa Gergen en Martínez (2012), emergemos de las relaciones, además como expresa Yalom (1984, p. 481) “Lo que cura es la relación” o hayan elementos de saberes y actitudes del terapeuta que no se realizaron prudentemente</p> <p>Este comparativo de la terapia anterior y la actual,</p>	<p>cómodo en un proceso terapéutico para expresarse, no habrá terapia real. El encuentro genuino es el que posibilita el encuentro, el poder establecer una relación Yo-Tú.”</p> <p>“Esto indica que la psicoterapia debe ser un encuentro</p>
--	--	---	---	--

		que quizá él quería manifestarme pero no lo supo hacer, no nos supimos conectar”	evidencia que hay elementos comunes, pero formas diferentes de hacerlo, especialmente cuando se cuida la relación. La distinción que puede hacerse, sobre todo para el trabajo terapéutico, es entre un trabajo que reconoce, concientiza o parte de la conciencia de la relación en la situación relacional; a uno que no lo hace. (Martínez Y, 2012 p. 270).	verdaderamente humano, donde las técnicas pasan a un segundo plano, son solo herramientas que no pueden reemplazar el encuentro existencial. Esto tiene que ver con la forma de la terapia existencial que se constituye a partir de su fondo antropológico.”
--	--	--	--	---

--	--	--	--	--

Aceptación Incondicional				
-----------------------------	--	--	--	--

	<p>¿Cuando dices confianza a que te refieres? (Pregunta Emergente)</p> <p>¿Bien es qué? ¿Que características identificas en eso que dices “MUY BIEN”?</p>	<p>“Confianza es que no me voy a sentir atacado o violentado por la otra persona, sino que estoy en un lugar seguro”</p> <p>“En este caso no me sentí así, no me sentí con tanto miedo de hablar como yo hablo, porque no está ese “y por qué hiciste tal cosa, porque dijiste la otra” entonces uno ya no sabe qué decir, lo que pasaba en un principio que me queda en</p>	<p>Generar un espacio seguro, empático, de armonía y especialmente de aceptación por el cliente (Roger 1988 en Martínez 2013), de tal forma que se genere un espacio de seguridad. Dentro del proceso es importante ir al ritmo del consultante, y aceptarle, ser auténtico (Rogers 1988 en Martínez E. 2013)</p>	<p>“El contexto seguro es un aspecto fundamental en cada uno de los momentos del proceso terapéutico. Al parecer, Alex, supo mantenerlo ya que el consultante expresa sentir confianza no solo de expresarse, sino de ser quien realmente es, en el espacio terapéutico.”</p>
--	---	--	---	---

		blanco después de salir de ese proceso terapéutico, no sabía que decir. Ahorita estoy un poquito más verborreico”		
	¿Que hice yo para que pudieras sentir eso? (Pregunta Emergente de la Pregunta, ¿Tú, como podrías describir la relación terapéutica que tuvimos en este proceso?)	<p>“Fuiste muy cuidadoso con las palabras, que cuando ibas a decir algo lo cuidabas porque si, lo que yo interprete, porque si salía muy fuerte, pasaba lo que paso antes (en el otro proceso), entonces si ibas a confrontar lo hacías cuidadosamente o con cautela, para que no se diera un choque como el anterior”</p> <p>“Hay días que me sentí más yo”</p>	<p>Es importante en un proceso de estas características apoyar e invitar al otro, al consultante para que sea él mismo, y buscar que éste se sienta a gusto en nuestra presencia, teniéndolo presente aun en aquellos momentos donde como terapeuta se va a cuestionar o confrontar (Romero 2003)</p>	<p>“Importante tener en cuenta que la acción confrontadora del terapeuta no tiene como fin mostrarle al consultante todos sus fallos, eso indicaría un asunto problemático en el ejercicio profesional del terapeuta. La confrontación busca la apertura de la conciencia, el conocimiento de sí que posibilita las acciones de cambio.”</p>

<p>Saberes y actitudes terapéuticos</p>	<p>¿De una u otra forma, pudiste ser tu dentro de este proceso, sentiste más siendo tú, digamos de acuerdo a esto que expresas? (Pregunta Emergente de la pregunta, ¿Tú, como podrías describir la relación terapéutica que tuvimos en este proceso?)</p>	<p>“Como la última terapia que tuvimos, la vez que vine una noche, cuando las emociones están a flor de piel eso me permite salir, expresarme más, la vez que vine y me dijiste “ve no será que estas en esta situación, haciendo esto, como víctima y no haciéndote cargo de la situación” en ese instante me sentí como uff me pude liberar un poquito más, fue en el que más me sentí yo”</p>	<p>Además de Saber acoger, es importante también saber orientar, ofrecer elementos que apoye al otro a darse cuenta, como terapeuta toma iniciativas dirigidas a buscar tomar iniciativa a profundizar y enriquecer la experiencia del interlocutor (Romero 2003)</p>	
---	--	--	---	--

	<p>¿Que opinión te da dentro de este proceso, mis gestos, mi posición, mi mirada, que impresión te da?</p> <p>(Pregunta Emergente de la pregunta, ¿Tú, como podrías describir la relación terapéutica que tuvimos en este proceso?)</p>	<p>“Pues por un lado muy neutral y por el otro estas atento a que agarrar, entonces hablas de esto te puedo ayudar con esto, hacer esta reflexión sobre ello, ósea como dejándote también ser vos. Prácticamente eso”</p>	<p>Por un lado es importante como terapeutas saber escuchar, saber observar, estar disponibles, sin ánimo preconcebido, sin necesidades urgentes de expresión personal y a la vez saber orientar invitando a la persona a develar aspectos menos frecuentados por el</p> <p>(Romero 2003)</p>	<p>“Es fundamental para ayudar al consultante a descubrir su mismicidad que el terapeuta también se exprese de manera autentica, dentro de los limites propios del proceso.”</p>
--	---	---	---	--

	<p>¿Cómo describirías mi forma de cuestionar o de indagar acerca de ti y de tus experiencias?</p> <p>(pregunta emergente de la pregunta, ¿Tú, como podrías describir la relación terapéutica que tuvimos en este proceso?)</p>	<p>“Cauteloso, con cuidado, con mesura. Diciendo lo que hay que decir, pero buscando la mejor manera para hacerlo”</p>	<p>Como expresa Romero (2003) en un proceso es necesario también ser objetivos, lo cual Implica poner entre paréntesis, por lo menos momentáneamente, la propia subjetividad para ver el objeto sin prejuicios. Saber ser objetivo es dejar hablar al objeto, asumiendo una actitud neutra y atenta.</p>	<p>“Creo que la pregunta pudo dejarse solamente como: ¿Qué has ganado en este proceso? Ya que hacer énfasis en si el consultante ha “recuperado algo perdido” sesga la pregunta, y en ese sentido, de acuerdo a la transformación de Alex, el hablar del objeto ya ha sido condicionado.”</p>
--	--	--	--	---

	<p>¿Podrías describir de forma detallada cómo consideras la psicoterapia con el terapeuta anterior?</p>	<p>“Aquí me di cuenta de cosas Ahhhhhh esto es lo que me estaba diciendo esta persona, pero la forma en como enfocaba él una misma situación era distinta, entonces no me permitía apreciar esas cosas que estaba viendo”</p>	<p>Se debe dentro de un proceso invitar a la persona a develar aspectos menos frecuentados por ella, junto con examinar con mayor atención sus circuitos de tránsito, sus programaciones y condicionamientos. (Romero 2003), Pero a la vez atentos a lo relacional (Martínez 2012)</p>	<p>“Es evidente que los saberes en la terapia existencial posibilitaron la “darsecuentidad” en el consultante”</p>
	<p>¿Considera que has ganado algo, has recuperado algo de eso que alguna vez decías “perdí”? ¿Consideras que ganaste nuevamente eso?</p>	<p>“El hecho más valioso es eso, que sé que están ahí y que no hay necesidad de tenerlas cargadas en la cabeza como que esto es el aprendizaje que tuve y no lo puedo soltar, se</p>	<p>Nota: se evidencia en este discurso un cambio en su concepción de sí mismo, verse a sí mismo tal cual es, sin prejuicios.</p>	

	<p>¿Hay algo adicional que hayas ganado en este proceso? (pregunta Emergente de la pregunta, ¿cuáles consideras que son las similitudes y las diferencias de ese proceso a este proceso?)</p>	<p>puede soltar. Y por otro lado, otra vez ese querer volver a enganchar que ya lo estoy viendo con otros ojos, no con los ojos que aprendí a ver en el proceso pasado”</p>		
--	--	---	--	--

--	--	--	--	--

<p>Presencia y Apertura</p>	<p>¿Cómo consideras tú, que como terapeuta estuve para contigo? (pregunta emergente de la pregunta, ¿Tú, como podrías describir la relación terapéutica que tuvimos en este proceso?)</p> <p>¿Cuáles consideras que son las similitudes y las diferencias de ese proceso a este proceso?</p>	<p>“El proceso de estar aquí en el acompañamiento, lo sentí muy bien”</p> <p>“Osea como dejándote también ser vos. Prácticamente eso”</p> <p>“Fue un espacio muy auténtico, me pude expresar de manera adecuada si necesidad de todo este proceso tan punzante. Yo diría que principalmente eso, que acá se sentía seguridad, allá se sentía hostilidad”</p>	<p>Que el consultante experimente este proceso como un acompañamiento genera la idea de estar acompañándolo como terapeuta en el proceso de hacerse cargo de sí mismo y de desplegar sus recursos, para ello como expone Yalom (1984), el terapeuta debe abrirse honestamente al consultante y estar tan presente que pueda relacionarse con él de manera íntima y auténtica, sin permanecer pasivo, desprendido ni escondido</p>	<p>“Describir la terapia como acompañamiento manifiesta la claridad y responsabilidad que el consultante tiene de su participación activa en el proceso”</p>
-----------------------------	--	--	---	--

Nota: Expone la categoría de actitud fenomenológica tomado de la entrevista en profundidad al consultante. Elaboración propia (2016)

8.3.2 Categoría Neurosis Iatrógena

Tabla 5: *Categoría Neurosis Iatrógena*

Subcategorías	Preguntas	Respuestas, Discurso del consultante	Transformaciones	Observaciones
Imprudencias y declaraciones irresponsables	¿Bien es qué? ¿Que características identificas en eso que dices “MUY BIEN”? (Pregunta Emergente de	“En este caso no me sentí así, no me sentí con tanto miedo de hablar como yo hablo, porque no está ese “y por qué hiciste tal cosa, porque dijiste la otra” entonces uno ya no sabe qué decir, lo que pasaba en un principio que me queda en	Además de saber callar en momentos precisos como expone Frankl (1992), no apresurar el proceso del consultante es importante, respetando el ritmo (Díaz y Martínez 2013), siguiendo con	“El hecho que el consultante exprese que ha sentido la libertad de expresarse con franqueza, da cuenta de un adecuado y autentico encuentro terapéutico.”

	<p>la pregunta, ¿Tú, como podrías describir la relación terapéutica que tuvimos en este proceso?)</p>	<p>blanco después de salir de ese proceso terapéutico, no sabía que decir. Ahorita estoy un poquito más verborreico”</p>	<p>Frankl (1992) El solo hecho de dirigir la atención hacia ellas, osea la autoobservación forzada, ya es capás de por sí de hacer concientes ciertas sensación subliminales.</p>	
	<p>¿Podrías describir de forma detallada como consideras la psicoterapia con el terapeuta anterior?</p>	<p>“El hecho de que prácticamente imponerte su punto de vista o de siempre llevarte al punto de vista de él, así me sentía yo”</p>	<p>Es importante el respeto por la palabra del consultante, aun cuando el mismo no diga lo que el terapeuta quiere escuchar (Díaz y Martínez 2013).</p>	<p>“La terapia no es un espacio de adoctrinamiento en cualquier área de la vida, es un espacio para el encuentro consigo mismo, para la incompreensión, de ahí la importancia del respeto que planteas.”</p>

	<p>¿Evidencias en el proceso anterior que quizá hubo algo apresurado? (Pregunta Emergente de la Pregunta, ¿Podrías describir de forma detalladas como consideras la psicoterapia con el terapeuta</p>	<p>“No se dio los momentos para poder interpretar muy bien lo que se estaba viviendo allí o poderlo enfocar de la manera adecuada, porque desde lo que yo veía era como “está mal, está mal, está mal” y no estaba mal nada de eso. Es mas hoy en día siento que casi ninguna de esas situaciones estaba mal”</p>	<p>El solo hecho de dirigir la atención hacia ellas, osea la autoobservación forzada, ya es capás de por sí de hacer consientes ciertas sensación subliminales (Frankl 1992, p. 174).</p> <p>Es importante dar los tiempos adecuados para conocer el caso, De acuerdo a Frankl (1992) una profilaxis de la iatrogenia deberá empezar con la anamnesis misma, y el estudio profundo y cuidadoso de la diagnosis</p>	<p>“Creo que la pregunta, aunque emerge de la anterior, sugiere respuesta por parte del consultante. Sin embargo, la respuesta da cuenta de la manera como percibió el proceso, con un señalamiento constante que por supuesto produce un efecto iatrogénico.”</p>
--	--	---	--	--

	anterior?)		y su exactitud deberá validarse o constar con evidencia al mismo paciente	
	¿Cuáles consideras que son las similitudes y las diferencias de ese proceso a este proceso?	<p>“Como que te lanzaba el dardo, “haces esto, decís esto, mira esto” y uno como que no, no es así! Así lo sentí en ese proceso terapéutico, como que no. Algo que manifestaba acá es “me siento evaluado por las personas” en ese contexto me sentía mucho más evaluado, mucho más expuesto y no me sentía seguro. Acá si me sentía un poco más seguro”</p>	<p>Errores que generan iatrogenia según Díaz y Martínez (2013): cuidarse de hacer formulaciones de manera poco clara, confusa o ininteligible que generen mayor confusión en el consultante y aumenten sus niveles de ansiedad o auto descalificación. Diagnóstico errado o manera inadecuada de comunicarlo,</p>	<p>“Al parecer, el consultante percibe un ambiente terapéutico seguro, en el que puede expresar lo que siente y piensa sin el temor a percibirse evaluado o juzgado por el terapeuta.”</p>

Diagnósticos apresurados			<p>aumentando en ocasiones la hiperreflexión y la creación de mayores niveles de ansiedad. Además se podría evidenciar el forzar la autoobservación en el consultante:</p> <p>El solo hecho de dirigir la atención hacia ellas, osea la autoobservación forzada, ya es capás de por sí de hacer consientes ciertas sensación subliminales (Frankl 1992).</p>	
	¿Podrías	“Llevarte al punto de vista de él,	Es importante intentar	“Noto en la respuesta del

	describir de forma detalladas como consideras la psicoterapia con el terapeuta anterior?	<p>así me sentía yo. “Ve no será que esto lo estás haciendo por esto, esto y esto” y yo como que no, sigamos, y sigue y vuelve otra vez y dice “no será que lo estás haciendo por esto, esto y esto” y uno como que no! Y cuando llego acá me doy cuenta que hay muchas cosas que quizá él quería manifestarme pero no lo supo hacer, no nos supimos conectar”</p>	<p>respetar la palabra del consultante, aun cuando el mismo no diga lo que el terapeuta quiere escuchar y estar atentos a un posible exceso de confianza en las propias habilidades por parte del terapeuta (Díaz, Martínez 2013).</p>	<p>consultante que considera que el terapeuta era directivo en su intervención, tratando que el consultante se identifique con su interpretación y no perimiendo que él la descubra. Sin embargo, no noto en esta sección de manera implícita algún contenido que evidencie un diagnostico apresurado.”</p>
--	---	--	--	---

Propiciar la Autobservación Forzada	<p>¿Cuán presente consideras que estuvo este terapeuta, y cuan presente consideras que estuve contigo como terapeuta? (Pregunta Emergente de la Pregunta, ¿cuáles consideras que son las similitudes y las diferencias de ese proceso a este proceso?)</p>	<p>“En realidad, las ironías, él estaba muy presente, yo con él llegue a charlar fuera del proceso terapéutico que ahí fue donde él dijo “ve lo más probable, si lo ponemos en términos patológicos, lo que vos tenés es un histrionismo”, eso fue fuera de terapia, en una charla con él, siempre estuvo muy presente, pues se movió muchas cosas y yo iba a buscarlo”</p>	<p>Se pudo haber confundido el estilo de personalidad con el trastorno histriónico de la personalidad, es probable que se haya patologizado atributos propios del estilo que son normales (Díaz, Matinés 2013)</p>	<p>“La respuesta da cuenta de un diagnostico errado al confundir trastorno de personalidad con estilo de personalidad. Aunque ello no implica que sea un diagnostico apresurado, pero si desacertado, lo que igualmente produce iatrogenia.”</p>
-------------------------------------	---	---	--	--

	<p>¿Bien es qué?</p> <p>¿Que características identificas en eso que dices “MUY BIEN”?</p> <p>(Pregunta Emergente de la pregunta, ¿Tú, como podrías describir la relación terapéutica que tuvimos en este proceso?)</p> <p>¿Podrías describir de</p>	<p>“Que uno no se siente con miedo a expresarse, estoy siempre haciendo comparaciones porque tengo otro punto de referencia, antes era como voy a hablar y encontrarle como el otro sentido a las palabras y tratar de imponer ese punto de vista que tiene la otra persona”</p> <p>“Llevarte al punto de vista de él, así me sentía yo. “Ve no será</p>	<p>Una prevención importante es procurar explicar al paciente el papel que desempeña la angustia de expectativa en la patogenia y la importancia de la autoobservación forzada que, como tal es capaz de interferir todas las funciones de regulación automática. El solo hecho de dirigir la atención hacia ellas, osea la autoobservación forzada, ya es capaz de por sí de hacer conscientes ciertas sensación subliminales (Frankl</p>	<p>“Observo que en tus transformaciones generalmente tomas el mismo párrafo de otras transformaciones.”</p>
--	--	--	--	---

	<p>forma detallada como consideras la psicoterapia con el terapeuta anterior?</p>	<p>que esto lo estás haciendo por esto, esto y esto” y yo como que no, sigamos, y sigue y vuelve otra vez y dice “no será que loe estás haciendo por esto, esto y esto” y uno como que no! Y cuando llego acá me doy cuenta que hay muchas cosas que quizá él quería manifestarme pero no lo supo hacer, no nos supimos conectar”</p>	1992).	
	<p>¿Evidencias en el proceso anterior que quizá hubo algo apresurado?</p>	<p>“Pero era cosas que cuando se fue a hacer el proceso se tocaron mal o las malinterprete, una de dos. Él decía “hay que ser consciente”, imagínate yo con esa tendencia a hiperreflexionar</p>		

	<p>(Pregunta Emergente de la pregunta, ¿Podrías describir de forma detalladas como consideras la psicoterapia con el terapeuta anterior?)</p> <p>¿Cuáles consideras que son las similitudes y las diferencias de ese proceso</p>	<p>y de ser consciente y si es maluco pero hay que hacerlo. Al principio vale pero te vas acostumbrando, entonces me acostumbre a una reflexión que era mucho más fuerte a la que yo tenía antes, que me estaba haciendo daño”</p> <p>“Como que te lanzaba el dardo, “haces esto, decís esto, mira esto” y uno como que no, no es así! Así lo sentí en ese proceso terapéutico, como que no”</p>	<p>Estar atento al posible exceso de confianza en las propias habilidades que como terapeuta se tiene y esto puede llevar a problemas para</p>	<p>“Comparto tu transformación, diría que es un desencuentro y, por tanto, no es terapéutico.”</p>
--	--	--	--	--

	a este proceso?		desarrollar una buena relación terapéutica, posiblemente producto de no llevar el ritmo de la terapia de una forma acertada (Díaz, Martínez 2013).	
--	------------------------	--	--	--

Nota: Expone la Categoría Neurosis Iatrógena tomado de la entrevista en profundidad realizada al consultante. Elaboración propia (2016)

9. Conclusiones y discusión

De acuerdo a Yalom (1984), lo que cura es la relación, y también se podría esgrimir en términos iatrogénicos, que lo que daña es una relación no reconocida, no cuidada. El presente trabajo ha puesto su interés en identificar si una actitud fenomenológica bien dispuesta, puede apoyar la trascendencia de una posible neurosis iatrógena de un consultante que presenta características de vacío existencial.

El estudio de caso único se realizó con un joven de 22 años que tuvo un proceso psicoterapéutico anterior, en el que percibe que salió lacerada su integridad y que en términos psicológicos se podría llamar una neurosis iatrógena, entendida ésta según Frankl (1992) como: “las neurosis iatrogénicas forman, como si dijéramos, un subgrupo de las neurosis reactivas. Llamamos neurosis iatrogénicas a aquellos estados morbosos (preferentemente neuróticos) en los que posteriormente se comprueba que el médico (Iatros) ha puesto el factor patógeno” (p. 169).

Iniciado el proceso psicoterapéutico se identificó en el discurso del consultante elementos que podían acercarse o coincidir con el concepto arriba mencionado: “tengo rabia, esto me resultó en la terapia pasada, yo antes cuando hablaba no me pasaba esto, (risas) equivocarme con las palabras, ahora sí”; el consultante recurrentemente manifestaba que entró al proceso psicoterapéutico anterior con el propósito de revisar su confianza y percibe salir más confundido aún y especialmente con una crisis de identidad compleja, al parecer producto de una confrontación excesiva, forzar la auto observación y por otro lado, la confusión por parte del terapeuta entre el estilo de personalidad teatral y el trastorno histriónico de la personalidad, puntos que se describen a continuación.

La sensación que el consultante tuvo de su proceso psicoterapéutico anterior, es que el terapeuta era incisivo en mostrar aspectos del consultante a tal punto que fue sentido por éste como una evaluación constante o exceso de evaluación, “como que te lanzaba el dardo, “haces esto, decís esto, mira esto, y uno como que ¡no, no es así!.. Así lo sentí en ese proceso terapéutico, como que no.” Algo que manifestaba acá es “me siento evaluado por las personas”, “en ese contexto me sentía mucho más evaluado,

mucho más expuesto y no me sentía seguro”, prevenir la iatrogenia implica según Frankl no forzar la auto observación, “pues el solo hecho de dirigir la atención hacia ellas, osea la autoobservación forzada, ya es capaz de por sí de hacer conscientes ciertas sensación subliminales” (Frankl 1992, p. 174). “Llevarte al punto de vista de él, así me sentía yo.” “Ve no será que esto lo estás haciendo por esto, esto y esto, y yo como que no, sigamos, y sigue y vuelve otra vez y dice “no será que lo estás haciendo por esto, esto y esto” y uno como que ¡no! Y cuando llego acá me doy cuenta que hay muchas cosas que quizá él quería manifestarme pero no lo supo hacer, no nos supimos conectar”, “En este caso no me sentí así, no me sentí con tanto miedo de hablar como yo hablo, porque no está ese “y por qué hiciste tal cosa, porque dijiste la otra” entonces uno ya no sabe qué decir, lo que pasaba en un principio que me quedaba en blanco después de salir de ese proceso terapéutico, no sabía que decir”.

Por otra parte se identifica que el consultante experimenta un modo de ser teatral, un estilo de personalidad que se caracteriza por un fuerte componente emocional y especialmente la vivencia de la vida como una obra de teatro, un gran escenario donde la imaginación, la avidez, el romance y los melodramas son características propias y normales de comportamiento para este tipo de personas, que disfrutan especialmente de ser vistos (Oldham y Morris, 2008). Para efectos de validación de estas características se realizó la aplicación del test de personalidad llamado Autorretrato de la Personalidad, validando un estilo de personalidad teatral, sin embargo el psicoterapeuta anterior expone al consultante que lo que él vé es un histrionismo, “yo con él llegue a charlar fuera del proceso terapéutico que ahí fue donde él dijo “ve lo más probable, si lo ponemos en términos patológicos, lo que vos tenés es un histrionismo”, eso fue fuera de terapia, en una charla con él”; esta afirmación por parte del terapeuta podría catalogarse como imprudente pues como expresa Lukas (2003) en Martínez (2013), las imprudencias que más cometen los terapeutas son especialmente, mayor interés en señalar los “trastornos” que las partes intactas del consultante, hacer diagnósticos sin la explicación de las implicaciones practicas o expresar interpretaciones a priori e hipótesis inciertas.

Si bien el trastorno histriónico de la personalidad es por llamarlo de una forma la parte disociada del estilo teatral, para catalogar de histriónico a una persona, ésta debe

cumplir unos criterios diagnósticos particulares como, buscar o exigir exageradamente elogios, ser inadecuadamente vanidoso, exagerar sus emociones a tal punto de lo inadecuado, el egocentrismo y buscar la satisfacción inmediata de sus necesidades, entre otras, características que en la psicoterapia actual no se evidenciaron, de tal forma que lo que se entiende es que el terapeuta anterior confundió el estilo con el trastorno y se confrontó características normales de la personalidad a tal punto que el consultante se percibió a sí mismo como desconocido, “no se dio los momentos para poder interpretar muy bien lo que se estaba viviendo allí o poderlo enfocar de la manera adecuada, porque desde lo que yo veía era como “está mal, está mal, está mal” y no estaba mal nada de eso. Es mas hoy en día siento que casi ninguna de esas situaciones estaba mal”.

Según Millon (2001); la distinción entre estilo y trastorno de la personalidad radica en su nivel patológico: los estilos de personalidad amparan los trastornos de la personalidad, de manera que los estilos se mantienen en los intervalos de la normalidad, mientras los trastornos en el intervalo de la patología. Ambos son constructos de orden superior constituidos por rasgos de personalidad (Millon en Martínez, 2011 p. 42).

Ser prudente en las expresiones y especialmente en no hacer declaraciones apresuradas es vital en la prevención de la neurosis iatrógena, pues siguiendo con Frankl (1992) “Nada hay que temer tanto como a aquellos médicos (psicoterapeutas) que por sus imprudencias e irresponsables declaraciones a sus pacientes han llegado a tal maestría en el cultivo de neurosis iatrógenas que cabría hablar de ellos, con razón como de unos iatrógenos” (p. 169). Es importante expresar también que seguramente el terapeuta anterior haya obrado desde sus más valiosas intenciones, es difícil pensar que un psicoterapeuta pueda hacer daño a propósito, se podría tener la hipótesis que un terapeuta hace lo que mejor puede, aunque esto no reste la responsabilidad de una técnica o proceso inapropiado o la poca experiencia a la hora de abordar un caso específico tal como lo expresa Díaz y Martínez (2013), donde dicen que muchos de los errores de los terapeutas están asociados al pobre entrenamiento, al exceso de confianza o los problemas para desarrollar una buena relación terapéutica.

Siguiendo con lo expresado, una buena relación terapéutica es valiosísima a la hora de prevenir la iatrogenia, no cuidar de la relación, no ser consciente de la relación puede generar elementos que van en contravía del bienestar de los consultantes.

Seguir el campo fenomenológico del consultante es entrar a su mundo, es asumir una postura comprensiva y no explicativa de la experiencia del sujeto, de esta postura relacional tal como lo expresa Corbella y Botella (2003) en Martínez E. (2013), es muy probable que dependa el éxito del proceso psicoterapéutico, de ahí que imponerse frente al consultante sería no reconocer lo relacional, el consultante lo expresa de la siguiente manera: ““El hecho de que prácticamente imponerte su punto de vista o de siempre llevarte al punto de vista de él, así me sentía yo”, “Ve no será que esto lo estás haciendo por esto, esto y esto” y yo como que no, sigamos, y sigue y vuelve otra vez y dice “no será que lo estás haciendo por esto, esto y esto” y uno como que no! Y cuando llego acá me doy cuenta que hay muchas cosas que quizá él quería manifestarme pero no lo supo hacer, no nos supimos conectar”, “desde el principio yo te comente que el principal problema que tuve con el anterior terapeuta fue la relación””, conectarse, encontrarse son palabras y posturas terapéuticas que empiezan a tomar sumo sentido en la prevención de la iatrogenia y en la trascendencia de la misma.

Este fue el punto de partida del proceso terapéutico actual con el consultante, un consultante experimentando una situación con características de vacío existencial (es una vivencia de confusión de ser y hacer, una vivencia propia de la existencia humana (Frankl, 2003)) tan propia de los conflictos cotidianos y adicionalmente una postura de rechazo a lo que fue catalogado como personajes, una confusión entre su estilo de personalidad y el histrionismo producto de una autoobservación forzada, y declaraciones apresuradas en el proceso anterior.

En ese panorama el proceso actual llevado a cabo desde la perspectiva humanista existencial y donde el foco de trabajo fue asumir una actitud fenomenológica de apertura, encuentro y aceptación incondicional, se empezó a gestar una relación terapéutica que apoyara la trascendencia de esa situación limitante; esta intencionalidad de un ambiente de confianza fue captada por el consultante cuando expresa: “La relación que hemos tenido dentro del proceso ha sido de confianza, desde el principio yo te comente que el

principal problema que tuve con el anterior terapeuta fue la relación, te contaba que me cuesta, hay veces meterme en la interacción con las personas, es como si pusiera una barrera, entonces creo que eso lo tuviste muy en cuenta en todo el proceso que llevamos”.

Ser consciente de la relación, de lo relacional, cuidar de ella fue vital en el proceso; al preguntar al consultante como percibió la relación y la forma en que como terapeuta se asumía un gesto, una mirada, el consultante manifestó lo siguiente: “Cauteloso, con cuidado, con medida. Diciendo lo que hay que decir, pero buscando la mejor manera para hacerlo”, “Confianza es que no me voy a sentir atacado o violentado por la otra persona, sino que estoy en un lugar seguro”.

¿Cómo asumir una relación?, ¿Cómo ser el humano que recibe, que acompaña a otro a ser lo que realmente es?, el consultante expuso lo siguiente: “Fuiste muy cuidadoso con las palabras, que cuando ibas a decir algo lo cuidabas porque si, lo que yo interprete, porque si salía muy fuerte, pasaba lo que paso antes (en el otro proceso), entonces si ibas a confrontar lo hacías cuidadosamente o con cautela, para que no se diera un choque como el anterior”, “Pues por un lado muy neutral y por el otro estas atento a que agarrar, entonces hablas de esto te puedo ayudar con esto, hacer esta reflexión sobre ello, ósea como dejándote también ser vos. Prácticamente eso”.

Ser uno mismo como persona, como terapeuta, no actuar, más bien dejar fluir el encuentro, incluso compartiendo elementos personales, aquellos que puedan beneficiar la relación terapéutica y la vivencia del consultante, como estar confuso o sorprendido: **“Ayúdame a entender algo... Es que cuando tú hablas de inseguridad pueden ser muchas cosas”**; **“¿Cómo así que no sabes nadar? ¡Yo no lo sabía!”**(Las palabras en negrilla son del psicoterapeuta), es invitarse como terapeuta a utilizar la discreción al momento de revelar sus sentimientos en el presente inmediato y asegurarse de que aquello que está próximo a revelar se hará en beneficio del consultante (Yalom 2002).

Estas premisas pueden ser tan sencillas dentro de un proceso, pero forjan la relación, el encuentro y estar atento a que lo relacional en psicoterapia implica un doble foco de atención, la revisión por parte del terapeuta a sí mismo como también por parte del consultante, una constante revisión de cómo se afectan el uno al otro, como se influyen y como se va cocreando la relación (Martínez E, 2012).

A continuación se despliega elementos encontrados en las sesiones de psicoterapia y en la entrevista realizada posteriormente que validan que una actitud fenomenológica apoya la trascendencia de una neurosis iatrógena.

Además de la conciencia de lo relacional, un punto importante es la aceptación incondicional por el consultante y sus vivencias, vivir o experimentar la aceptación incondicional por el cliente, un interés genuino por el cliente, un aceptarle, recibirle, un proceso empático y autenticidad como elementos claves de la relación (Rogers 1988 en Martínez E. 2013), en este caso fue importante restablecer el gustar de sí por parte del consultante y especialmente reconocer su estilo de personalidad y las características que le componen como algo suyo, normal y valioso, es así como declaraciones de este estilo que como terapeuta se realizaron: **“Tú me decías en algunas sesiones “pero es que eso el otro terapeuta antes me lo confrontó”, y yo por todo lo contrario te decía dale, métete ahí....** “apoyó a que el consultante lograra experimentarse recuperando su valía: “Son los primeros pasos, es como recuperarlo ya uufff”, “Que estos seres “que habitan en mí”, me dan vida, en la última terapia descubrí que están ahí, pero digamos ahora hay que llenarlos de sentido, de valor y ponerlos a jugar. Porque por así decirlo mi noción de vida, es la vida es un juego, un juego importante, pero un juego y necesito recuperar eso. Necesito recuperar la vida, o si no me la voy a amargar, volver a darle ese sentido”.

Otro ejemplo de ello: **“Tu decías cuando llegaste a esto de confiar y lo anudábamos un poco a este piso que se te movió con el proceso anterior, si?; entonces un poco devolviéndote la pregunta es ¿Cómo está ese piso?,** “volví a integrar todas esas partecitas mías que el algún momento estábamos tocando en la terapia anterior que yo las llamaba personajes... Esos arquetipos son partecitas mías; que algunas veces se aflora como el héroe, en algún momento como el sabio, en algún momento como el bufón y no está mal, no es algo de que esté siendo inauténtico, entonces eso de alguna manera me ayudó a ‘puedo ser esto’”, “ahora siento que de alguna manera estoy recuperando eso que sentía perdido”, poder comprender el campo fenoménico del consultante y aceptar esta modalidad de ser fue vital en la apuesta terapéutica basada en una actitud fenomenológica.

La actitud fenomenológica y en esta la capacidad de acoger, de escuchar, pero también de orientar e incluso de cuestionar (Romero, 2003) teniendo en cuenta elementos relacionales, cuidando la relación puede permitir que el consultante evidencie aspectos de su experiencia que de otra forma puede rechazar o negar, mas producto del encuentro que de aspectos neuróticos, “Aquí me di cuenta de cosas Ahhhhhh esto es lo que me estaba diciendo esta persona, pero la forma en como enfocaba él una misma situación era distinta, entonces no me permitía apreciar esas cosas que estaba viendo”.

También fue importante promover el reconocimiento de sí mismo y asumir el saber orientar, darle al consultante alguna coordenada que le permitan percibirse mejor en esa red, con el objetivo que logre una mayor comprensión de la realidad, (Romero, 2003), esto se puede evidenciar en la siguiente afirmación que el psicoterapeuta actual expresa: **“Eso es, esa es la sensación, es un poco encontrar un lado femenino de la vida, el que se entrega, el que se da, el que se conecta, y darle un descanso a ese lado masculino que es ese que dice esto va a acá esto es así”**, la respuesta del consultante fue: “estos días es como si hay un parte de mí mismo, que dice me voy a tomar en serio, me voy a tomar mi vida y todo esto es como si algo dentro de mí se empodera, obvio soy yo, y empieza a reorganizar, que también me parece re importante”, este tipo de acercamientos de encuentro, apoya que los consultantes tomen confianza en sí mismos, y en sus propias elaboraciones, propiciado desde la presencia y la apertura del psicoterapeuta, en la siguiente declaración del terapeuta y la consiguiente respuesta del consultante se logra evidenciar esto: **“Se mueven porque tú eres lo que eres, inspiras”**, “Pero desde mí, porque si no vuelvo y me envolato, no que le tengo que dejar a la otra persona, sino que soy yo y a partir de lo que soy yo, eso es lo que doy, punto, eso también es darse su lugar”. Este tipo de declaraciones y hasta reconocimiento que en las devoluciones se puede hacer en una experiencia humanista existencial son experimentados como valiosos pues de vez en cuando todos merecemos un elogio (Romero, 2003).

Trascender una iatrogenia implica que cada consultante logre ver con nuevos ojos su experiencia, organizarla a partir de un encuentro genuino con su terapeuta, en este caso algo significativo que el consultante le diera el lugar a su estilo de personalidad, a sus “personajes” y a la vez el aprovechar su teatralidad para el encuentro con los otros, al

preguntarle **¿Considera que has ganado algo?** El consultante respondió “el hecho más valioso es eso, que sé que están ahí y que no hay necesidad de tenerlas cargadas en la cabeza, como que esto es el aprendizaje que tuve y no lo puedo soltar. Y por otro lado, otra vez ese querer volver a enganchar que ya lo estoy viendo con otros ojos, no con los ojos que aprendí a ver en el proceso pasado”, “fue un espacio muy auténtico, me pude expresar de manera adecuada sin necesidad de todo este proceso tan punzante. Yo diría que principalmente eso, que acá se sentía seguridad, allá se sentía hostilidad”.

A manera de conclusión se puede expresar que al asumir una postura psicoterapéutica por fuera de una actitud fenomenológica existe mayor probabilidad de poder generar una neurosis iatrógena tal como se logró evidenciar en el estudio de caso presentado, de igual forma asumir una actitud fenomenológica en un proceso psicoterapéutico apoya la trascendencia de una neurosis iatrógena; dichos elementos como la conciencia de lo relacional, la aceptación incondicional del consultante, tener elementos o saberes psicoterapéuticos como la escucha, el acoger, el observar, entre otras, al igual que una presencia y apertura genuina, favorece que el consultante vivencie una psicoterapia como un proceso que apoya su autoexploración y su bienestar.

Se podría exponer que una neurosis iatrógena podría generarse en 3 niveles de complejidad: 1. Aquellas productos de intervenciones bien intencionadas, incluso justificadas teóricamente pero no validadas su efectividad con el consultante (No cuidar la relación). 2. Aquellas producto de intervenciones (técnicas o declaraciones) que no son pertinentes pero que el terapeuta considera que sí. 3. Aquellos productos de intervenciones que sobrepasan los lineamientos éticos y a conciencia por parte del terapeuta.

Si bien el consultante en sus relatos manifiesta aun tensiones o incomodidades que deben seguir revisándose a la luz de un proceso psicoterapéutico, se puede exponer a la luz de lo evidenciado que aquellos elementos de neurosis iatrogénica fueron trascendidos.

10. Bibliografía

- Bonilla, C. (1997) La investigación en ciencias sociales. Más allá del dilema de los métodos. Bogotá: Universidad de los Andes.
- Bonilla, E. & Rodríguez, P. (1997) Más allá del dilema de los métodos de investigación; la investigación en ciencias sociales. Colombia. Ed. Norma.
- De Castro, A. y García, G. (2008) Psicología clínica: Fundamentos Existenciales. Barranquilla: Ediciones Uninorte.
- Deontología y bioética del ejercicio de la psicología en Colombia. Segunda versión revisada. (2011).
- Frankl, V. (1992) Teoría y Terapia de las Neurosis: Iniciación a la Logoterapia y al análisis existencial. Herder. Barcelona.
- Frankl, V. (2003) Ante el vacío existencial: Hacia una humanización de la psicoterapia. Herder. Barcelona.
- López, H. (2003) Investigación Cualitativa Y Participativa. Medellín Colombia: Ed. Universidad Pontificia Bolivariana.
- Lucca, N. & Berrios, R. (2002) Investigación cualitativa en educación y ciencias sociales. Puerto Rico: Publicaciones Puerto Riqueñas.
- Lukas, E. (2004) Logoterapia. La búsqueda de sentido. México: Paidós.
- Martínez, E. (2011). Los modos de ser inauténticos: Psicoterapia Centrada en el sentido de los Trastornos de la personalidad. Bogotá: Manual Moderno
- Martínez, E. (2013) Manual de psicoterapia con enfoque logoterapéutico. Manual Moderno. Colombia.
- Martínez, M. (2002) Comportamiento humano. México: Trillas.

- Martínez, Rodríguez, Díaz y Pacciolla (2015) Vivir a la Manera Existencial. Aportes para una logoterapia Clínica. Ediciones Saps. Colombia.
- Martinez, Y. (2012) Psicoterapia Existencial: teoría y práctica relacional para un mundo post-cartesiano. Edicion Mundiales en lengua castellana. Mexico.
- May, R. (1982). El hombre en busca de sí mismo. Buenos Aires: Central.
- Oldham, J. y Morris L. (2008) Autorretrato de la Personalidad. Susaeta Ediciones.
- Rodríguez, G. (1999) Metodología de la Investigación Cualitativa. Málaga, España: Aljibe.
- Romero, E. (2003) Neogénesis: El desenvolvimiento personal mediante la psicoterapia. Un abordaje comprensivo y fenomenológico. Peñaflor-Chile: Ediciones Norte-Sur.
- Taylor, S.J. & Bodgan, R. (2009) Introducción a los Métodos Cualitativos de Investigación. España: Ediciones Paidos Ibéricas S.A.
- Yalom, I. (2002) El Don de la terapia. Buenos Aires: Emecé.
- Yalom, I. (1984) Psicoterapia existencial. Barcelona: Herder.

11. Anexos

Anexo 1

Tabla 6: *Entrevista semiestructurada: Formato Entrevista en Profundidad*

Categoría de análisis	Subcategorías	Preguntas
Actitud Fenomenológica: La actitud fenomenológica en el humanismo existencial es base importante del proceso terapéutico, éste es concebido bajo una noción antropológica y filosófica que se invita a la comprensión de la trascendencia de la escisión cuerpo/mente, un pilar importante para ello es comprender en términos de Heidegger que el Dasein es un ser-en-el-mundo	Conciencia de lo relacional: Desde una perspectiva relacional, cada palabra, cada gesto, cada acción, emerge de nuestra situación compartida. Lo mismo sucede con cada experiencia, ya sea una sensación física, un sentimiento, un pensamiento, una fantasía, etc., por muy personal, privado o individual o incluso egoísta que parezca, es siempre una situación relacional. Una confusión común, consiste en considerar como relacional solo	¿Cómo podrías describir la relación terapéutica que estamos teniendo en el proceso? ¿Cómo consideras la actitud que como terapeuta estoy teniendo contigo en este proceso?

<p>(Heidegger en Martínez 2012), la existencia humana es una relación (Martínez, 2012).</p> <p>Desde esta perspectiva la relación interpersonal entre terapeuta y cliente es imprescindible y es muy probable que de ella dependa el éxito del proceso psicoterapéutico (Corbella y Botella, 2003 en Martínez E. 2013).</p>	<p>aquello que es empático y abierto al diálogo, y concebir las acciones egoístas o las que rechazan la vinculación como individualistas, sin embargo aún la acción más egoísta es una respuesta a la situación relacional. La distinción que puede hacerse, sobre todo para el trabajo terapéutico, es entre un trabajo que reconoce, concientiza o parte de la conciencia de la relación en la situación relacional; a uno que no lo hace. (Martínez Y, 2012 p. 270).</p>	
---	---	--

	<p>Aceptación Incondicional:</p> <p>Algunas de las características más importantes que el psicoterapeuta debe tener, vivir o experimentar es la aceptación incondicional por el cliente, un interés genuino por el cliente, un aceptarle, recibirle, un proceso empático y autenticidad como elementos claves de la relación (Rogers 1988 en Martínez E. 2013),</p>	
	<p>Saberes y actitudes terapéuticos:</p>	<p>¿Describe ampliamente como te has sentido dentro del actual proceso psicoterapéutico?</p>

	<p>Saber acoger: Es convidar al otro para que sea él mismo, sintiéndose a gusto en nuestra presencia. En los gestos, en la mirada, en los movimientos, en las palabras, expresamos esta invitación.</p> <p>Saber empatizar: En la comprensión empática la actitud del terapeuta será algo diferente. El infortunio del paciente lo tocará de alguna manera, verá sus motivos e inclusive sus errores con benevolencia, no expresando nada pero él se dará cuenta que lo juzgan. Es la comprensión; su sentido existencial es encontrar en sí mismo, siquiera a título provisorio, lo que está afectando</p>	<p>¿Qué opinión te da dentro del proceso mis gestos, mi mirada, mis movimientos, mis palabras?</p> <p>¿Cómo describirías mi forma de cuestionar o de indagar acerca de ti o tus experiencias?</p>
--	---	---

	<p>al otro.</p> <p>Saber escuchar: Significa estar disponibles, sin ánimo preconcebido, sin necesidades urgentes de expresión personal. Se trata de captar un mensaje atendiendo a su sentido menos explícito, abriéndose inclusive a su invitación.</p> <p>Saber observar y saber estar atento: Saber estar atento permite observar el movimiento vivencial manifiesto en el transcurso y las diversas expresiones del interlocutor y de sí mismo. Pues en la relación siempre hay también un movimiento vivencial en el terapeuta. Significa intentar hallar una vía posible de muto</p>	
--	--	--

	<p>entendimiento, en el presupuesto de la reciprocidad.</p> <p>Saber indagar y cuestionar: El terapeuta toma iniciativas dirigidas a buscar tomar iniciativa a profundizar y enriquecer la experiencia del interlocutor, de manera que se puedan obtener mayores esclarecimientos que permitan una mejor comprensión del asunto. Es invitar a la persona a develar aspectos menos frecuentados por ella, junto con examinar con mayor atención sus circuitos de tránsito, sus programaciones y condicionamientos.</p> <p>Saber orientar y estimular: Le damos al paciente alguna</p>	
--	--	--

	<p>coordinada que le permitan percibirse mejor en esa red. Con el objetivo que logre una mayor comprensión de la realidad. Saber estimular, por su parte, no se trata de elogiar al cliente, ni de acariciar su narcisismo. Muy ocasionalmente, hasta se puede hacer, porque todos merecemos un elogio de vez en cuando, sobre todo cuando es más que justificable.</p> <p>Saber ser objetivo: Implica poner entre paréntesis, por lo menos momentáneamente, la propia subjetividad para ver el objeto sin prejuicios. Saber ser objetivo es dejar hablar al objeto, asumiendo una actitud neutra y atenta. No significa descomprometerse con la</p>	
--	--	--

	<p>propia subjetividad, lo que, además, no sería posible en una relación que se propone ser una forma de encuentro.</p>	
	<p>Presencia y Apertura:</p> <p>Presencia y la apertura son dos pilares fundamentales sobre los cuales reposa la aproximación terapéutica de corte humanismo existencial, desde esta postura si un terapeuta desea realmente favorecer un encuentro genuino con su consultante, debe hacer algo más que observarlo y escucharlo, debe invitarse a vivir plenamente a esa persona, lo cual requiere que el terapeuta se abra honestamente al consultante y esté tan presente que pueda</p>	

	relacionarse con él de manera íntima y auténtica, sin permanecer pasivo, desprendido ni escondido (Yalom, 1984).	
Neurosis Iatrogénica Frankl (1992): “las neurosis iatrógenas forman, como si dijéramos, un subgrupo de las neurosis reactivas. Llamamos neurosis iatrógenas a aquellos estados morbosos (preferentemente neuróticos) en los que posteriormente se comprueba que el médico (Iatros) ha puesto el factor patógeno”.	Imprudencias e irresponsables declaraciones: Frankl (1992): “nada hay que temer tanto como a aquellos médicos (psicoterapeutas) que por sus imprudencias e irresponsables declaraciones a sus pacientes han llegado a tal maestría en el cultivo de neurosis iatrógenas que cabría hablar de ellos, con razón como de unos iatrógenos”.	¿Describe de forma detallada como consideras la psicoterapia con el anterior psicólogo? ¿Cuáles consideras son las similitudes y diferencias de ese proceso y el proceso actual?
	Diagnósticos apresurados: Un aspecto importante que resalta Frankl al hablar de la prevención de la iatrogenia es el arte que el	

	<p>terapeuta deberá ejercitar al saber callar, en sus palabras, ser capaces de cerrar la boca; no realizar diagnósticos apresurados puesto que esto puede traer consigo efectos neurotizantes (Frankl, 1992).</p>	
	<p>Propiciar la Autoobservación Forzada: Frankl expone: Una prevención importante es procurar explicar al paciente el papel que desempeña la angustia de expectativa en la patogenia y la importancia de la autoobservación forzada que, como tal es capaz de interferir todas las funciones de regulación automática. El solo</p>	

	hecho de dirigir la atención hacia ellas, osea la autoobservación forzada, ya es capaz de por sí de hacer consientes ciertas sensación subliminales (Frankl 1992, p. 174).	
--	--	--

Nota: Expone la Entrevista semiestructurada: Formato Entrevista en Profundidad. Elaboración Propia (2016)

Anexo 2

Transcripción Entrevista en profundidad

Nota: Terapeuta será abreviado de la siguiente forma: T, Consultante: C.

T. ¿Hola cómo vas?

C. Bien bien!!!

T. La idea es poder desarrollar una entrevista, nosotros hemos realizados un proceso psicoterapéutico, la idea es poder revisar que sucedió dentro de ese proceso. Yo he diseñado una entrevista, con unas preguntas abiertas y pues me gustaría que pudieras a partir de ellas, responder ampliamente cada una.

C. Listo

T. ¿Tú, como podrías describir la relación terapéutica que tuvimos en este proceso?

C. Ehhhh, de confianza. Desde el principio yo te comente que el principal problema que tuve con el anterior terapeuta fue la relación, te contaba que me cuesta hay veces meterme en la interacción con las personas, es como si pusiera una barrera. Entonces creo que eso lo tuviste muy en cuenta en todo el proceso que llevamos

T. ¿Cuando dices confianza a que te refieres?

C. Confianza es que no me voy a sentir atacado o violentado por la otra persona, sino que estoy en un lugar seguro

T. ¿Que hice yo para que pudieras sentir eso?

C. No sé, qué fuiste muy cuidadoso con las palabras, que cuando ibas a decir algo lo cuidabas porque si, lo que yo interprete, porque si salía muy fuerte, pasaba lo que paso antes, entonces si ibas a confrontar lo hacías cuidadosamente o con cautela, para que no se diera un choque como el anterior

T. ¿Podrías decir que te sentiste acogido dentro del proceso?

C. Si

T. ¿Cómo consideras tú, que como terapeuta tuve para contigo?

C. Por un lado bien, y por el otro lado como que hay veces eggggg, tenía un temor al principio que siento fluyo en el proceso de terapia, y era bueno si vamos a hacer este ejercicio que hicimos que es vamos a llevar este proceso para esta actividad pues que

tiene costo y si no lo tiene pues se va a dar el mismo valor que se le está dando a las terapias que si tienen costo, entonces si de pronto era como ve, no nos podemos ver tal día, el otro era como uhhhhhhmmm, si ya está mermando la situación por eso, porque es gratuito. Pero el proceso de estar aquí en el acompañamiento, lo sentí muy bien

T. ¿Bien es qué? Que características identificas en eso que dices “MUY BIEN”?

C. Que uno no se siente con miedo a expresarse, estoy siempre haciendo comparaciones porque tengo otro punto de referencia, antes era como voy a hablar y encontrarle como el otro sentido a las palabras y tratar de imponer ese punto de vista que tiene la otra persona, quizá para provocarlo, no sé. En este caso no me sentí así, no me sentí con tanto miedo de hablar como yo hablo, porque no está ese “y por qué hiciste tal cosa, porque dijiste la otra” entonces uno ya no sabe qué decir, lo que pasaba en un principio que me queda en blanco después de salir de ese proceso terapéutico, no sabía que decir. Ahorita estoy un poquito más verborreico

T. ¿De una u otra forma, pudiste ser tu dentro de este proceso, sentiste más siendo tú, digamos de acuerdo a esto que expresas?

C. Hay días que me sentí más yo, creo que fue el último, como la última terapia que tuvimos, la vez que vine una noche, cuando las emociones están a flor de piel eso me permite salir, expresarme más, la vez que vine y me dijiste “ve no será que estas en esta situación, haciendo esto, como víctima y no haciéndote cargo de la situación” en se instante me sentí como uff me pude liberar un poquito más, fue en el que más me sentí yo, los otros momentos siempre esta esa inseguridad ahí de fondo y es muy difícil romperla muchas veces

T. ¿Que opinión te da dentro de este proceso, mis gestos, mi posición, mi mirada, que impresión te da?

C. Pues por un lado muy neutral y por el otro estas atento a que agarrar, entonces hablas de esto te puedo ayudar con esto, hacer esta reflexión sobre ello, ósea como dejándote también ser vos. Prácticamente eso

T. Hablaste un poco del ser yo como persona, ¿alguna vez por ejemplo, un gesto mío, una mirada, un movimiento no fue lo suficientemente transparente, que tú digas uyyy que

paso aquí, que te haya generado algo contradictorio o fueron como tú dices neutrales, siendo yo?

C. Pues no sé, de pronto los ejercicios que hacíamos los más teatrales, en eso momento no me sentía como en esa dinámica teatral, entonces me constaba salir a ello, me sentí incomodo porque me siento actuando pero yo creo que ya es más por parte mía

T. ¿Cómo describirías mi forma de cuestionar o de indagar acerca de ti y de tus experiencias?

C. Cauteloso, con cuidado, con mesura. Diciendo lo que hay que decir, pero buscando la mejor manera para hacerlo.

T. ¿Podrías describir de forma detalladas como consideras la psicoterapia con el terapeuta anterior?

C. ¿Cómo la considero? Un enredo total, porque habían cosas, como te digo, que no se manifestaron desde un principio y que era necesario, porque había esa incomodidad por mi parte no manifestarlo, no sé si ya le estoy atribuyendo algo a él, pero él por su parte no comprendía eso. Al decirle que estoy inseguro, o ve mira yo siento que tengo una personalidad tímida y no notar que eso de alguna manera acrecentaba esa timidez y esa inseguridad, comenzando desde ahí. Eso fue un caos total. Segundo el hecho de que prácticamente imponerte su punto de vista o de siempre llevarte al punto de vista de él, así me sentía yo. “Ve no será que esto lo estás haciendo por esto, esto y esto” y yo como que no, sigamos, y sigue y vuelve otra vez y dice “no será que loe estás haciendo por esto, esto y esto” y uno como que no! Y cuando llego acá me doy cuenta que hay muchas cosas que quizá él quería manifestarme pero no lo supo hacer, no nos supimos conectar. Aquí me di cuenta de cosas Ahhhhhh esto es lo que me estaba diciendo esta persona, pero la forma en como enfocaba él una misma situación era distinta, entonces no me permitía apreciar esas cosas que estaba viendo.

T. Una de las cosas importantes digamos a revisar en este proceso, es poder identificar los tiempos que se dieron en uno y otro proceso, y si fue apresurado ciertas consignas que él o yo dijimos. ¿Evidencias en el proceso anterior que quizá hubo algo apresurado; En termino de señalamientos como estresores, será el tiempo suficiente para hacerlo o no?

C ¿Una consigna seria como por ejemplo?

T. Hacer un diagnóstico, hacer, señalar cosas que quizá tu no estabas viendo pero que quizás ahorita es un poco incisivo, o si se dio el tiempo para revisarlo, precisamente para hacerte una devolución más certera

C. Yo creo que no, no sé si sea por la orientación terapéutica que yo tenía de la autenticidad y se me dio por decir algo en ese momento lo hizo, pero yo creo que no, no se dio los momentos para poder interpretar muy bien lo que se estaba viviendo allí o poderlo enfocar de la manera adecuada, porque desde lo que yo veía era como “está mal, está mal, está mal” y no estaba mal nada de eso. Es mas hoy en día siento que casi ninguna de esas situaciones estaba mal, el asunto es lo que hemos venido trabajando, tener confianza que tiene que ver con el autoestima y todo el proceso que hice para ganar supuestamente esa confianza, que era la hiperreflexión, pero era cosas que cuando se fue a hacer el proceso se tocaron mal o las malinterprete, una de dos. Él decía “hay que ser consciente”, imagínate yo con esa tendencia a hiperreflexionar y de ser consciente y si es maluco pero hay que hacerlo. Al principio vale pero te vas acostumbrando, entonces me acostumbre a una reflexión que era mucho más fuerte a la que yo tenía antes, que me estaba haciendo daño.

T. Un poco de esta reflexión, esta pregunta ya la has contestado, pero me gustaría hacerla. Y es, ¿cuáles consideras que son las similitudes y las diferencias de ese proceso a este proceso?

C. Similitudes y diferencias... la primera, lo que te decía, como que te lanzaba el dardo, “haces esto, decís esto, mira esto” y uno como que no, no es así! Así lo sentí en ese proceso terapéutico, como que no. Algo que manifestaba acá es “me siento evaluado por las personas” en ese contexto me sentía mucho más evaluado, mucho más expuesto y no me sentía seguro. Acá si me sentía un poco más seguro y si tenía esa problemática de relación pues te la manifesté pero ya tenía que ver conmigo. Hubo momentos en que pude exponerlo con mayor libertad, pero ya fue por fuera del proceso terapéutico, que fue lo que vivimos en el vivencial. Ese espacio me gustó mucho, porque pude expresarme, no lo sentí teatral ni falso, fue un espacio muy autentico, me pude expresar de manera adecuada si necesidad de todo este proceso tan punzante. Yo diría que principalmente eso, que acá se sentía seguridad, allá se sentía hostilidad.

T. Me gustaría que volviéramos un poco a las tres primeras preguntas que te hacía. ¿Cuán presente consideras que estuvo este terapeuta, y cuan presente consideras que estuve contigo como terapeuta? A atenderte, a estar allí contigo, a esta contigo, a poder acoger lo que tu ibas diciendo, revisar eso si se dio o no se dio

C. En realidad, las ironías, él estaba muy presente, yo con él llegue a charlar fuera del proceso terapéutico que ahí fue donde él dijo “ve lo más probable, si lo ponemos en términos patológicos, lo que vos tenés es un histrionismo”, eso fue fuera de terapia, en una charla con él, siempre estuvo muy presente, pues se movió muchas cosas y yo iba a buscarlo. Ya cuando comienzo este proceso acá, fue lo contrario porque yo decía ya voy a dejar el proceso terapéutico aparte de estos espacios y por lo que te digo de “ve tal día no se puede, tal día la otra cosa”, entonces si sentí como esa ausencia en ese sentido

T. Considera que has ganado algo, has recuperado algo de eso que alguna vez decías “perdí”? ¿Consideras que ganaste nuevamente eso? ¿Hay algo adicional que hayas ganado en este proceso?

C. Hay muchas cosas, en realidad la hiperreflexión sirve, en cierta medida martille muchas cosas, pero están aquí guardadas y en algún momento se van a manifestar, yo creo que eso parte del aprendizaje. Hay muchas cosas que aprendí pero no te las podría expresar en este momento, me cuesta traerlas al instante, pero el hecho más valioso es eso, que sé que están ahí y que no hay necesidad de tenerlas cargadas en la cabeza como que esto es el aprendizaje que tuve y no lo puedo soltar, se puede soltar. Y por otro lado, otra vez ese querer volver a enganchar que ya lo estoy viendo con otros ojos, no con los ojos que aprendí a ver en el proceso pasado.

T. Muchas gracias.

Anexo 3

Sesiones psicoterapéuticas

Sesión No. 7

C. Quería antes de comenzar a comentarte todo, saber hasta ahora ¿cómo vamos? ¿Qué has identificado? ¿Qué has revisado? Porque yo tengo tantas cosas en la cabeza que a veces me pierdo un poco, entonces quería ver hasta ahora que has visto. (Risas)

T. Es una pregunta interesante no?, porque es un poco de esas preguntas de validación y de más, y bueno, mi postura es que juntos pudiéramos hacerlo ¿no?, de hecho alguna vez intentábamos hacer algo de eso y a mi juicio, pues aparece un equilibrio, de a poco, forjando nuevamente esto de identidad y de recuperar un poco este tema de ¿quién soy con mi estilo de personalidad?; creo que vamos ahí, no? Y más allá de decir vas muy bien o vas muy mal...

C. No, no te preguntaba eso, sino en sí qué? Porque ya pasamos lo que habíamos dicho de la parte de histrionismo, pero entonces en este instante en que está? En qué estamos trabajando de alguna manera?, porque yo llegué con el motivo de confianza, de mejorar la confianza y contarte todo lo que ya pasó, pero entonces eso es como tan grande que en este momentico veía en qué de eso tan grande está?

T. Tu decías cuando llegaste a esto de confiar y lo anudábamos un poco a este piso que se te movió con el proceso anterior, si?; entonces un poco devolviéndote la pregunta es ¿Cómo está ese piso?, porque es ahí donde soportamos nuestros pies y de ahí en adelante aparece ese confiar en el mundo y en lo que venga tendrá un sentido o no, ¿Tú ves que ese piso ya está medianamente?

C. Eso fue lo que pasó esta semana por cierto, ehh tuve las diferentes crisis y hubo un momento que estaba tan mal que es como si una vocecita en mi mente hubiera llegado y me hubiera dicho ‘usted no está haciendo un culo, levántese y vamos a salir adelante’ me da vergüenza lo que está haciendo en este momento? Sí, súper fuerte, pero siento que esa voz fuerte me estaba haciendo falta, el hecho de yo decir no soy esto, no soy este personaje, no soy este otro, me impidió escuchar voces, no esquizofrénico, sino voces como partecitas de identidad mía, y en ese momento llegó una voz, y yo dije ‘esta voz no

me está haciendo daño' y si aparentemente, psicológicamente esto ya está muerto no me importa, pero en este momento me está haciendo falta y lo necesito, entonces llegó esta voz y al aceptar y asumir esa voz empezaron a llegar más, empezaron a llegar más y no lo sentía mal, y se me venía un poquito la frase que tocaste la otra vez que fu chistoso inauténtico y no..... en la autenticidad y seguir con ella, desde ahí me comencé a sentir un poquito mejor, porque ahí fue donde volví a integrar todas esas partecitas mías que el algún momento estábamos tocando en la terapia anterior que yo las llamaba..... De los arquetipos, entonces que hay 12 arquetipos, que está el héroe, que está el sabio que está esto, que está todo aquello, que eso son arquetipos del inconsciente y esos arquetipos son partecitas mías; que algunas veces se aflora como el héroe, en algún momento como el sabio, en algún momento como el bufón y no está mal, no es algo de que esté siendo inauténtico, entonces eso de alguna manera me ayudó a 'puedo ser esto'

T. Bien, como yo entiendo eso que dices, entiendo que estabas antes parado mucho en el ser, ahora pareciera que empieza a aparecer el hacer.

C. Ajá... ser en el mundo

T. Exacto, entonces cuando yo digo ser, ¿Quién soy?, con todo lo que pasó en la terapia anterior, eso me dice cosas a mi como que, ahhh ahora ya es, nuevamente recuperó esto, yo soy así y ahora estoy haciendo tal cosa.

C. Exactamente

T. Si?, un poco con la pregunta que me hacías entonces yo digo ¡va súper bien!, a mi juicio; porque tú llegaste acá sin saber si eras o quien soy...

C. Claro!

T. Porque parecía que tu estilo de personalidad te lo convirtieron (pongo esto entre comillas) "como un personaje más", y es allí donde creo que entonces ya tienes donde poner el piso, donde poner tus pies, cuando esa vocecita empiezas a escucharla y te dice 'ahorita haga', eso es dos, tres peldaños arriba.

C. ok, yo soy muy afanado, como que ¿apenas llego a esto?, quiero hacer como las cosas muy rápido.

T. Esa desestructuración que quizás llegaste a tener, a veces volverla a replantear no es tan sencillo, hay un tiempo para todo.

C. Y ahí vamos porque tampoco es que diga que ya uffff ¡!! Ya está replanteada, no, antes lo tenía todo muy bien construido, por decirlo así, ahorita vuelve y juega, hay una falta de confianza, entonces cada vez que voy a hacer en el mundo, está como esa inseguridad, y creo que el siguiente paso de alguna manera es que ya estoy aceptando mis lados, que tengo un lado positivo(por decirle así, lado positivo) pero también tengo que aceptar que hay otro lado negativo(entre comillas), y que esos dos están ahí, y que tengo que aprender a vivir con esos dos, porque a veces soy elocuente, pero otras veces no, otras veces no soy capaz ni de argumentar absolutamente nada.—Y está bien...—Risas... me cuesta todavía decir que está bien, me genera como ese arrggg...

T. ¿Por qué?

C. ... yo diría que no acepto, no acepto eso, me cuesta mirar este lado, y eso va por otra cosita también, y es la ansiedad, siento que esta ansiedad llega, y a veces este neurotismo me hace sentir así, que tengo que ser de esta manera, tratando de ocultar algo; si estoy tan afanado por ser esto, si estoy tan afanado, tan ansioso, es porque a algo le estoy huyendo, y ¿qué es a lo que probablemente le estoy huyendo?, algo que no quiero que se vea, o que salga a la luz.

T. ¿Cómo qué?, ¿Qué podría ser?

C. Como este lado que yo digo que es negativo, las inseguridades, a veces no saber argumentar, que no salga esto si no otra cosa diferente.

T. Ayúdame a entender algo... Es que cuando tú hablas de inseguridad pueden ser muchas cosas; cuando a mí me dicen “Alexander, presente esta ponencia en simbiosis”, y yo digo “Uy... pero cómo hago eso, cómo lo armo?”, en cierta medida estoy inseguro, hasta que no encuentre cómo, no voy a tener la confianza suficiente para decir ah ok es así, a eso, yo le podría llamar inseguridad, pero también podría llamarle inseguridad a (y vuelvo y traigo las palabras de hace varias sesiones atrás) si hago esto soy yo quien lo está haciendo o estoy actuando?; ¿De cuál de esas dos inseguridades estamos hablando?

C. Yo diría más de la primera, ya no es tanto de si soy yo o no soy yo.

T. Bien, esto suena feo, pero era lo que quería escuchar, porque yo creo que estás ahí ya, esa inseguridad de la que me hablabas antes, era más de ésta; entonces mi invitación es a que puedas resignificar eso que tu llamas inseguridad, que no estamos hablando de lo

mismo, es la misma palabra dicha en contextos totalmente diferentes, entonces cuando tú dices ” yo no logro aceptar esa inseguridad”, yo digo, si es ésta, todavía no está aceptando o todavía no ha encontrado quien es, no ha logrado recuperar o reestructurar; cuando tú me dices es ésta, es a esa la que yo digo: Bienvenida!.... a esta no le diría bienvenida, porque esto es desestructurado, esto es no tener una estructura desde donde forjarse.... Ésta, bendita!, porque esa es la que me dice a mí, tengo que hacer una buena ponencia para que no la vaya a embarrar, porque estoy representando a la universidad...

C. Exactamente, y ahí es donde entra la ansiedad

T. Ajá, pero esto es diferente a esto, esta es no sé quién soy... seré yo psicólogo? ¿Seré un buen psicólogo? ¿Seré Alexander?, ese es otro panorama que ese fue el gran objetivo de esta primera parte de la sesión, recuperar eso. Tú me decías en algunas sesiones ‘pero es que eso el otro terapeuta antes me lo confrontó’, y yo por todo lo contrario te decía dale, métete ahí...

C. Son los primeros pasos, es como recuperarlo ya uufff

T. Ahora esto es otra cosa, y es un poco la ansiedad patologizada versus la ansiedad normal, yo lo llamaría en este discurso la angustia versus el saber angustiarse, una cosa es la angustia que es existencial; yo te escribía la semana pasada y no me contestabas y me angustié, dije: ‘si llega no lo voy a poder atender, va a perder la venida, y se va a lacerar nuestra relación.

C. Risas

T. y me angustié, y esa es la vida, llega un recibo y tengo no tengo tiempo para ir a pagarlo, no porque no tenga la plata, y esa una angustia, la vida es una angustia, si?; ahora, eso que es angustia cómo lo forjo? ¿Cómo lo utilizo?, eso es aprender a angustiarse, no es la angustia, es saber angustiarse, dicen los existencialistas.

C. Y para saber angustiarme me imagino que utilizaré los recursos que acabaron de aparecer

T. Exacto, entonces tú dices no soy lo suficientemente elocuente, o no quiero ni hablar, no quiero hacer nada, y me da ansiedad, ahhh bueno por qué? Qué es lo que necesitas? ahí es donde aparece la necesidad, ahhh es que en este espacio hay que participar, es una

clase, me califican etc... Versus otro espacio, ah es que quiero caer bien, si? Ahí es donde están las grandes diferencias

C. Si

T. ¿Cuándo te hablo de esto de angustia (en términos más ontológicos) versus el saber angustiarse, me hago entender a lo que quiero llegar?

C. Es darle un buen uso a la angustia, no es que si no me angustiara no pasaría absolutamente nada

T. Si no te angustiaras estarías muerto, palabras más palabras menos.

C. Risas

T. La gente que no se angustia está muerta, cuando nos angustiamos estamos vivos, ¿me alcanzará el tiempo? Tengo que mandar esto, tengo que sacar tiempo para mi hijo, quiero hacer la maestría... Todo eso es angustiarse, como lo llamarían otros todo eso es deseo, pero el tema no es el deseo ni la angustia, es qué hago frente a eso, porque desear siempre será, pero el saber afrontar eso, esa es nuestra libertad, es cuán libre quieres ser. Esa es la pregunta ¿Qué es lo que quiero hacer?, entonces te invitaría a que miremos un poco esos escenarios en los que te angusties y cómo llegar a saber angustiarte, tratemos de revisar un poco eso, ¿Cuáles son estos escenarios en los que te pasa?

C. Cuando estoy con las personas, es como si me pusiera en blanco, absolutamente en blanco la mente y no saber que decirte ni compartirte, estoy con la cabeza como si me desconectara con las personas.

T. Yo soy una persona, Alexander, y acá eres muy fluido.

C. No lo siento así, tan fluido

T. Pues mira lo paradójico, porque a mí me parece que eres lo suficientemente fluido como para tener una conversación amena y tú dices que no lo sientes así ¿Cómo entonces tendría que ser?

C. Risas, no tengo ni idea de cómo tendría que ser, he visto personas muy fluidas, muy espontáneas....Me da envidia, como arrgg porque yo no puedo llegar allá, personas como el profesor Jimmy, No más el otro día estuve en una clase de él y el empezó hablar, Yo no tenía nada que ver con esa clase, incluso, entonces yo no sé por qué me quedé y empezó a hablar y dije que bacano que chévere, cómo es capaz de relajarse tanto y ser él,

osea ser él es algo gustoso, genera algo lo mismo dije del profesor de música, vos te sentás a hablar con él y él es re espontáneo tiene una personalidad muy bacana, entonces ahí es en donde yo veo como esos ejemplos de estar liberado de estar más espontáneo

T. ¿Alguna vez te has sentido así?

C. Si

T. ¿En qué espacios?

C. He sido así muchas veces cuando expongo, pero mira que hay algo y es que últimamente, hasta en eso me siento como muy cohibido, yo creo que la palabra sería eso: estar cohibido, vos nos mostraste en el semillero el video del tipo que habla de fenomenología, me encantó cómo habló el tipo de fenomenología, porque el mán no se iba estrictamente a lo científico si no que narraba una historia, y yo “woooooow”, eso era lo que yo quería de psicología, y mientras veía el vídeo pensaba eso, pero a veces entiendo que si llegara a actuar así, si llegara a comportarme de esa manera, tras de que primero está esta parte de confianza que me haría como titubear al hablar, también está la parte de ahh es que usted se está saliendo de lo científico, usted está es hablando de esto, y bueno llega toda una manada de críticas que me haría tirar la exposición o lo que hablo.

T. ¿Y te han criticado? ¿Te han hecho ese tipo de críticas cuando has sido elocuente, cuando has sido espontáneo?

C. Silencio...

T. O ¿estas suponiendo, imaginando, creyendo que?

C. Creo que se ha hecho... Pero a la vez (se enreda un poco al hablar) tengo rabia, esto me resultó en la terapia pasada, yo antes cuando hablaba no me pasaba esto, (risas) equivocarme con las palabras, ahora sí, todavía lo tengo, pero bueno, antes me había pasado por ejemplo con un profesor, que le estaba comentando sobre un proyecto y él me dice 'pero esperate, que es esta palabra, que es aquello, que es aquí, que es acá, cuidado con el lenguaje, entonces uno se siente como ay, entonces cómo me expreso, cómo digo las cosas?', pero cuando le doy un toque más de confianza las cosas como que fluyen más, es más cuando le pongo bastante confianza a las cosas uff!!

T. ¿Confianza es qué?

C. Seguridad

T. ¿Conocer el tema?

C. Sentir que sé, que estoy preparado

T. ¿Qué hace falta entonces? ¿Masiar más un tema? ¿Conocer más de lo que hablas?

¿Estar más empapado de lo que dices? ¿Cómo has ganado esa confianza en estos momentos?

C. Por ejemplo el otro día fui a una asesoría, me preguntó sobre algo y le dije es esto, es esto, es esto y es esto, pero sin titubear, sin estar será que si?, será que no? Sin estar como con la duda, es eso, mucha duda, es esto, es esto, es esto y esto, ahí es como ese pedacito de confianza, cuando rompo con la duda, por lo menos esta semana, discutiendo con mi novia, sobre una cosa pendeja, yo lo hacía para ver cómo estaba argumentando yo, y me volvió mierda y yo como que asshhh! ¿Qué me está pasando? Osea yo antes era capaz de argumentar las cosas muy bien y ahorita no, además que siento que mi memoria y mi atención están fuera, que era otra de las cosas que te quería compartir esta semana, la atención y la memoria desde la terapia pasada hasta acá es como si no me acordara de las cosas como si no pudiera estar atento porque estoy muy acá quizás, y la motivación también se está como yendo bastante, no me motiva nada, no es como ¡quiero hacer esto!; quiero hacer aquello!, bueno, no nada, pero sí muy pocas cosas y algo que habla más lo que es la sacralización creo, la sacralización, le estoy sacando todo lo sacro a todo, ya nada me parece woow, me asombra, probablemente esto también influye en que no tenga la confianza o la seguridad.

T. Con estas personas que tú enuncias como muy fluidas muy seguras, decías algo como: ‘eran muy ellos’ y además de eso motivaban cosas en los otros ¿sí? ¿Así decías?

C. Si

T. ¿Te interesa esto? ¿De motivar cosas en los otros? Y ¿te preocupa no hacerlo quizás?

C. Yo creo que como no... risas, osea mi punto de referencia debería ser yo, pero como no tengo motivación, no siento que lo que hago tiene un sentido o tiene un valor muy probablemente lo pongo en el otro, pero ojalá, yo quisiera que yo me guste, que yo diga uff genial lo que hice, me gustó, me apasionó, me encantó, pero en este momento es como si no me gustara nada, es m{as esa es la actitud que quisiera recuperar, de decir woow me encanto, me encanto y si al otro no le encanté no importa, que incluso hubo

momentos en los que yo fui muy así, en los que yo iba incluso incomodando al otro, pero yo estaba gozando, incomodando al otro por decirlo así.

T. ¿Cómo perdiste eso?

C. Ahh no sé, vuelvo y lo digo, la terapia de atrás.

T. Ok, replanteemos un poco esto; decíamos hace unos minutos que pareciera que has recuperado algo, que hay una voz que te invita a hacer.

C. Si

T. Y decías: ‘yo antes iba y hacía, incomodaba...’ ¿esa voz la sigues? o ¿porque no la estas siguiendo?

C. Yo la sigo pero, es como saber que quiero ser o que soy, pero no lo logro, entonces a la hora de decir soy elocuente entonces digo, ¿cómo soy elocuente?, y digamos que en ese momento todo se envolata, a eso es que me refiero.

T. ¿Te voy a invitar entonces a que juguemos a hacer todo lo contrario, pareciera que hay unos ideales, unas referencias como tal entonces como hacerlo? Es un poco parecido a lo que hablábamos en una sesión anterior de salir un poco de esa ansiedad de anticiparnos a las cosas; ¿cómo sería ser elocuente? ¿Cómo mostrar tal cosa? ¿Cómo agradar? Como si estuviéramos muy atentos a algo y todavía no ha pasado y probablemente no pase que era un poco de lo que hablábamos de esto de la hiperreflexión, ¿serías capaz de asumir una actitud un poco (aunque suena feo esta palabra)’ importaculista’

C. Risas—

T. Me importa poco si voy a agradar, me importa poco si voy a ser elocuente, me importa poco esto, ¿serías capaz?

C. Es que yo la he tomado, osea si me decís en qué precisos momentos he logrado ser más espontáneo y todo eso que es como lo irónico, listo me deja de preocupar y punto, aparece esto de tomar la actitud ‘importaculista’, incluso en la terapia anterior yo llegué con eso, no me importa lo que piensen los demás, y si vos me ves, en los primeros semestres yo andaba con unas pintas realmente extravagantes, quizás por eso el histriónico, yo andaba con mis botas, a veces tenía hasta una pañoleta acá en el cuello, mis collares, mis manillas, me gustó? Sí, me gustó, ¿Qué van a decir los demás? Me

importa un culo, y ese me importa un culo es saber que muy probablemente la gente va a mirar, la gente va a hablar, la gente va a decir, sí, no me importa y no me va importar

T. ¿Serías capaz de volver a algo de eso?

C. Suspiro

T. Nuevamente, estamos recuperando, es como volver a esa ruta, volver a recuperar un poco de eso, no es que seas, sino jugar un poco a esa actitud del 'importaculismo'

C. Yo intento, yo intento volver al 'importaculista' pero eso es algo como si fuera externo, como después de las depresiones difíciles ya cuando estoy cansado digo 'ahh mandemos todo a la mierda', pero yo sé que ese es el punto donde yo logro estar tranquilo pero luego no logro como entrar en esa sintonía.

T. Ok esa es la invitación, juega un poco a eso, y trata de encontrarle un valor a eso, porque cuando uno no le encuentra el valor entonces se lo 'forza', ¿cuál es el valor? Pues que pareciera que lo paradójico funciona bastante, cuando digo no quiero entonces ahí si soy, es un valor, entonces no hay necesidad de pensar cómo hacerlo, de qué manera, sino darte invitación a fluir la mente bajarle un poco, de a poco lo haces, no pensarlo demasiado, me quiero poner las botas, listo, y llega esa vocecita ¿y si te dicen?' , no importa y sigo, a ver qué pasa, esto tiene un extremo y el extremo es anular al otro también, ese es el extremo, pero entre acá y el extremo hay muchos matices, que puedas ir tú entre estos matices, si llegamos al extremo sería muy complicado también, no me importa nada, ahh que no quiero atender a David, ahh me importa un culo; si? El extremo.

C. Me hiciste acordar de algo que también pasó esta semana, y es, que esta semana hicimos un trabajo de una entrevista, entonces fuimos a hacer la entrevista, uno se ponía en el rol del entrevistador y el otro del entrevistado, en las recomendaciones se podría decir que el mejor momento mío fue cuando me desapegué del papel, no me gusta pegarme de los papeles pero en ese momento estaba pegado del papel de las preguntas y empecé a preguntar por mí mismo si yo hubiera hecho esto sin tanta norma, sin tanto esto tiene que ser así, tiene que ser asá, todo lo que llamábamos antes en la terapia irreverente, ese era mi estilo, obviamente sin hacerle daño a la otra persona ni tratarla mal, no, mi

estilo; hubiera salido mucho mejor. Entonces creo que en un antes lo hubiera hecho así, en un ahora con todo esto que está pasando lo estoy haciendo muy estructurado.

T. Es el equilibrio, creo que ese es un muy buen camino, improvisar está bien cuando yo tengo interiorizado cosas, entonces yo puedo decir si no quiero pensar en las preguntas voy a hacer la entrevista no me preocupo, y entonces el método te dirá, pero tenés que tener una medida tuya, por eso a mí me parece que en las entrevistas estructuradas son tan complejas, mientras que en las semi estructuradas yo tengo una idea y después entro a mi estilo, las preguntas me van emergiendo y de más, entonces ni el uno ni el otro, es como llegar ahí al equilibrio, es esa la invitación a jugar un poco a eso, va llegar nuevamente la cabeza, pero yo creo que la consigna es, lo que llega, lo analizo dos segundos y lo hago, si lo analizas más de eso empiezas a darle a darle y a darle, tratar de controlar un poquito, quizás no llegue o quizás sea diferente.

C. El asunto yo diría que es como llegar a ese 'importaculismo', vuelvo y digo, hay momentos en que lo logro y es genial, porque realmente es genial, pero hay veces que no logro conectar con eso, no me logro sintonizar.

T. Vuelvo y llego como a lo mismo, es relajarse, es relajarse... bajar, bajar, bajar, es no darle tanta mente a las cosas, porque cuando yo le doy mente a las cosas empiezan a importarme, y se empieza todo a poner denso, mientras que si tú te relajas, ah que me van a preguntar eso, ahh vamos a ver que sale... aquí y ahora, aquí y ahora, esa es una buena premisa para este proceso, para este momento, pareciera que estás muy en el futuro, demasiado en el futuro, que va a pasar, que van a decir...

C. y es irónico porque uno se va pillando eso, uno dice el futuro, pero es que el futuro son tres segundos adelante, cuatro segundos adelante... estás en el futuro, no estás en el ahora, entonces uno se va pillando esas cositas.

T. Juguemos a eso a ver qué pasa

C. Dale

T. Juguemos a saber angustiarse, juguemos a no luchar con la angustia, eso es importante también, porque no vamos a poder salir de ahí, ir en contravía de la angustia, no quiero angustiarme, no quiero angustiarme pero pasa todo lo contrario, es inherente a la existencia humana, deseos, angustias, incertidumbres todo eso es ser humano, que dentro

de tres segundos no sabemos lo que va a pasar hasta que llega, entonces luchando con eso no vas a ganar, cómo utilices eso, está en tus manos.

Yo creo que es la primera voz que te digo una forma de trabajar la angustia, ok no te gusta lo que decís, entonces disfruta el silencio, quédate callado y toma una actitud silenciosa, analizando y si vas a decir las cosas entonces dílas con confianza con fuerza.

C. No estoy siendo lo suficientemente elocuente

T. No importa esto es lo que hay trabaje con eso, Ok entonces silencio y trabajemos con eso, escuchando, Uy estoy siendo lo suficientemente elocuente, trabaje con eso, a ver qué pasa, y llegará un momento en que dirás uy no demasiado silencio, bueno que quieres decir, sin pensarlo demasiado

C. Si porque ese es el otro punto, yo digo listo voy a estar en silencio, me dan las ganas de hablar, espérate, había quedado conmigo que me iba a quedar en silencio, bueno está bien dígalos si en ese momento me nació.

T. A mí me pasaba mucho, mucho en algunos momentos, de hecho desde muy pequeño porque, mi papá es un tipo que sabe hacer de todo, a él le encantan las fincas y eso, entonces me decía vamos a poner está cerca, por darte un ejemplo, entonces yo pensaba, uy pero está metiendo esto por donde no es, pero si lo digo... No sé qué... y al final lo hacía mal, entonces él me decía, ahh lo hice mal, y yo le respondía ahh yo sí lo había visto, y por qué no me lo dijo?...si me entiendes? Porque pienso demasiado, entonces más bien opto por el silencio, y a veces es muy paradójico porque digo no pero es que el mensaje significativo no es eso, mejor me quedo callado porque quizás no es lo que yo pienso, y después otro levanta la mano y dice pero el mensaje significativo no es eso, ahh que bien que me hiciste caer en cuenta, y digo ahhh hubiera hablado... ¿si?

C. Pero mira que una vez me pasó fue lo contrario, en una clase de conductual, la profe estaba hablando de los castigos y de los premios y yo miré castigo positivo y negativo y ella lo explicó de una manera pero yo le dije no profe es al contrario entonces me dijo como así explíqueme y yo le expliqué y ella me decía que no, y empezamos una discusión ahí, mejor dicho eso se armó un bororó, entonces ya después le dije no dejémoslo así usted lo miró así y yo así, pero noooo eso se volvió una cosa tan compleja.

T. Eso es lo que sucede cuando intervenimos en el mundo, hubiera podido decir si estoy equivocado o no.

C. Lo triste es que yo no supe argumentar, yo sabía que tenía la razón en ese momento, pero me embollé, y eso me pasa mucho ahora, me embollo en muchas cosas.

T. Creo que si trabajamos esta semana un poco en eso, lo que hablábamos ahora, y qué si me embollo! Lo que yo te contaba o creo que alguna vez te conté en unas clases que di en un diplomado tratando de argumentar algo que si yo hubiera dicho no, no tengo ni idea hubiera sido más fácil, pero al final yo quedé embollado, enredado, y la gente lo notaba, literalmente me pasó algo aquí como que (sonido de quiebre) y quedé en blanco hasta que dije, haber regálenme un segundo y dije sí estaba equivocado, pero ya estaba rojo ya estaba sudando, cuando hubiera sido más fácil decir no sé, no tengo ni idea qué es lo que me estás preguntando, lo revisaré, lo buscaré y seguramente de aquí a ocho días te digo, y ya está, no luchar tanto, esto de poder dedicarle más tiempo a la relajación, poner una musiquita, a soltarse, cuando uno se embolla como dices tú, se enreda, se pone muy tenso, entonces poder tener esta visión corporal de bueno me voy a relajar para poder fluir lo necesario, hay una chica en Bogotá que por lo menos ella su cuerpo su lenguaje es muy lento pero su mente es muy rápida, entonces cuando habla no le alcanza el tiempo de su cuerpo y se enredaba, entonces la estrategia que se planteaba en ese momento era bajar las revoluciones de la cabeza, para que tenga el tiempo necesario y suficiente para que pueda hablar, entonces es relajarse, seguir un poco con estos ejercicios de meditación de relajación nos van a ayudar.

C. Pero me están volviendo tenso...

T. A ver ¿cómo es?

C. Osea yo trato de sentarme, respirar, pero a veces se me vuelve como no sé, me estreso, como que me está pasando por Dios

T. ¿Y por qué? ¿Qué hay en tu cabeza?

C. No se me empiezan a llegar muchísimas cosas, lo normal, vos como que empezás a relajarte y empiezan a llegar muchísimas cosas, yo me distraigo demasiado, entonces empiezo a pensar y digo no volvamos, porque yo hago es conteo.

T. Nos volvemos tensos cuando luchamos, entonces llega la idea, no tengo que pensar en esto, tengo que relajarme, ahí ya estás perdido, si llega, llega, déjalo pasar, sino aparece la lucha, y la lucha va en contra vía de la relajación.

C. Ese es el asunto se supone que lo que llega, llegó y le digo gracias después sigo con vos, pero sigue ahí, y vuelvo y empiezo y otra vez entonces ya me empiezo a tensionar, intento tanto relajarme que me pongo tenso.

T. Podrías utilizar entonces la técnica de Jacobson que es todo lo contrario, Jacobson dice que hay que tensar todo para poder llegar a la relajación, mientras que Schultz dice que hay que relajarse para poder distensionarse, esas son como vías diferentes, estás tenso, bueno entonces vamos a tensarnos, que significa tensar mi brazo, mi pecho, mis piernas y sostenerlo hasta que tu cuerpo si o si suelte.

C. YO esta semana hice un cambio así, y fue con el ejercicio de la semilla, que es este proceso de sentirte una semilla y como comienzas a nacer y estás debajo de la tierra, todo esto de estar tenso debajo de la tierra y comenzar a liberar el cuerpo y de alguna manera siento que sirvió.

T. Son vías, y todo lo que estamos diciendo es no luches, está tenso, tensionese más, ahí está, es ir en contravía un poquito, me importa cero tener que ser eso, me importa cero tener que quedar bien, me equivoqué bueno, por eso estoy aquí para aprender, me equivoqué en el escenario, bueno para la próxima lo haré mejor, etcétera, etcétera, ayer fue muy interesante porque tenía cita con alguien a las 4 en la universidad y eran las 4:15, 4:30, entonces yo empecé a alegar y alguien me dijo relájate con el tiempo si no llega, no llega, y es verdad sino llega, no llega, y llegó 45 minutos tarde y le dije hola como estás tienes 15 minutos para tu asesoría, blablabla...., se acabó el tiempo, no pero... se acabó, y me despreocupo, entonces ella empieza a decir blablabal... y yo le digo tengo que hacer otras cosas lo siento, suena macabro pero lo siento, porque también está que no me sienta tan cuestionado que el otro no me turbe.

C. Yo siento que de alguna manera es eso, en estos momentos me turba mucho el otro, incluso el ejercicio que yo hago muchas veces con la pañoleta que se me quedó en la casa, es recordar eso, porque la pañoleta significa ese descomponer, y si llevo un traje me recuerda eso, vos no sos estrictamente el señor educado, todo lo que implica pues tener el

traje, lo que uno simboliza, sos vos, a tu manera, eso es lo que de alguna manera significa, a tu manera, sos todo pero a tu manera, y por otro estaba pensando mucho en lo ermitaño, vive la vida como si fueras un ermitaño que vino de visita al mundo y se va, porque eso de alguna manera me libera de que van a pensar, que van a decir, que van a hablar, es una manera de hacer lo que me decías del importaculista, y al hablar del ermitaño conecta con eso de que es lo que me perturba, entonces me perturban son las personas, los otros.

T. Un poco siguiendo con la idea Sartre del infierno son los otros, al final de su obra el vino a desenrollar este tema haciendo un juego interesante, él decía el infierno son los otros porque me miran y me cosifican, y él lo resolvió un poco diciendo ellos me miran y me ven mirándolos, si? ellos me miran y me ven mirándolos, de una u otra forma fue como un pasito hacia lo transpersonal, porque lo que yo miro también soy yo, entonces los otros no me cosifican, yo me estoy cosificando, entonces si está en mi poder yo puedo prescindir, y ver un juego interesante, poder entrar a lo mío más transpersonal, reconocer que esos otros soy yo, son dos gólicas que se desprenden de los dos océanos que parece que se están mirando y son lo mismo.

C. Yo lo tomo más por el lado de si yo soy mi infierno, yo soy el infierno de ellos de alguna manera también, porque yo soy sociedad también, y algo que decía mucho también, yo incomodar al otro para que el otro no me incomodara a mí, entonces era como invertir el proceso de que me siento evaluado, me siento juzgado, no venga cambiemos la cosa, y cuando cambia la cosa entonces se relaja porque ya no está en la posición de ay que van a decir, no yo soy el que está diciendo y yo soy el que está pensando, que también va muy por ese lado.

T. Bien, con qué te vas hoy

C. ahh Me regalas una hojita y un lapicero porque si no se me olvida... Entonces me iría con el importaculismo, y no me acuerdo de lo otro... (Pausa)... eran dos cosas bien grandes, me acuerdo de relajación y no me acuerdo de más...

T. Un poco el tema de estar más bien en el presente y no tanto en el futuro, esta ansiedad anticipando todo, y aprender un poco a angustiarse.

C. Eso era

T. No lo luchar con la angustia porque sí o sí nos vamos a angustiar, es cómo me angustio, le encuentro un sentido, ¿le encuentro un valor a esa angustia? O me estoy angustiendo simplemente porque sí

C. Saber usar la angustia

T. Ayuda mucho la angustia, a veces a hacer buenas presentaciones, estar atentos al otro, etcétera, es cómo lo utilizo.

C. Vivir el momento y se liga con lo del sentido, volver a realizar las cosas, volver a sentir valiosa la vida, porque en este momento siento como que jummm, incluso en semana santa tuve una duda de ¿será que sigo con la carrera? Será que esto es realmente lo que quiero, o sea ya llegó el punto que hasta la carrera, le quité como cierto valor.

T. Recordando un poco esto que decías cuando ves al otro, que ves a estos profesores haciendo lo que hacen y además yendo más allá de ellos y dejándole algo a los otros, tu decías es que la gente se siente bien escuchándolos, movilizan cosas en los estudiantes muy interesantes, eso es sentir, eso es valor, eso es acción, entonces cómo dejarle algo al otro, moverlo.

C. no pero me quedaría como... o sea lo que yo quiero es sentirlo

T. Se mueven porque tú eres lo que eres, inspiras

C. Pero desde mí, porque si no vuelvo y me envolato, no que le tengo que dejar a la otra persona, sino que soy yo y a partir de lo que soy yo eso es lo que doy, punto, eso también es darse su lugar.

T. Estoy seguro que ellos no piensan, qué les voy a decir cómo los voy a mover, ellos son, son porque están apasionados de la música, porque están apasionados de la psicología, son las pasiones de su vida, y eso ya moviliza, en un examen que me hacían de lo de holotrópica me decían por aquí te equivocaste en esto pero lo hacés con una pasión que uno dice que chévere ir a eso, pero te equivocaste, lo importante es la pasión.

C. Cómo recuperar esa pasión es la pregunta

T. Es involucrarse, es meterse, es darle un valor a las cosas, cuando yo hablo de la psicoterapia lo hago con pasión, porque le encuentro un valor, para mí es un espacio sagrado.

Bueno quedamos así entonces.

T. ok listo ahí vamos.

Anexo 4

Sesiones psicoterapéuticas

Sesión No. 8

T. El trabajo es sencillo, es hasta donde Uds. quieran ir simplemente

C. Igual hasta este momentico las actividades que se han hecho en el salón me gustaron tanto. En el anterior vivencial no logre lanzarme a la otra persona, me quede ahí todo tieso

T. ¿Hicieron ese ejercicio?

C. Conmigo. Conmigo hicieron el ejercicio pero en péndulo, y yo no me movía, yo siempre ponía el pie. Eso lo relacione también con la piscina y empecé a hacer un rastreo. Y esta vez como que me pude lanzar como que uffffffff, un descanso total

T. Vamos a trabajar. Algunos me escribieron que si querían trabajar en piscina y pues...

C. Pues en mí no, porque yo no sé nadar

T. ¿No sabes nadar? No, yo no te creo.

C. No yo no sé nadar, tengo como una fobia a soltarme en la piscina y no la quiero trabajar todavía.

T. Interesante, ¿Cómo así que no sabes nadar? Yo no lo sabía.

C. No porque yo sufrí de asma de chiquito, yo te conté, y claro esos paseos de piscina, no no vaya por que el asma yo no sé qué y yo no sé cuánto, entonces no se me dio la oportunidad. Además cuando yo era chiquito mi papá era... muy agresivo cuando me enojaba, entonces puuuuum al tanque, ahí un rato y salga y entre y salga. Entonces yo noooooog volví a ir a esos espacios.

T. ¿Hablarlo que tal? Esto de recordar estos...

C. Pues me da como igual...

T. Ya bien. Es un buen ejercicio. ¿Cómo te ha ido esta semana?

C. Ehhhh... en varios aspectos bien, en otros normal. Académicamente me está yendo mejor, estaba como en un sube y baja de lo académico, pues con lo de clínica he

planteado dos actividades muy chéveres para hacer en clase, para hacer unos trabajos, no los hice como tan mecánico, tan cuadriculado, sino que dije voy a meterle teatro a este cuento, voy a meterle no sé, poesía a este otro y han sido como unos trabajos más chéveres, entonces siento que por ese lado me ha ido bien. Personalmente, me he sentido como desganado, como que reaccionando simplemente a la vida, no es como hay me gozo este momento, lo disfruto... no, simplemente respondo lo que tengo que responder y ya; es como muy desconectado de las emociones

T. Y ¿qué te dice eso?

C. Eso me dice que estoy como muy desconectado de lo emocional, es como vivir por vivir, entonces por ejemplo me reúno con los muchachos y las charla, yo les respondo por responder, pero no es algo que yo sienta que desde lo profundo les quiero compartir a ellos, no. Es como por no dejar, estos días me he sentido muy así, a comparación de recordar momentos en los que si me sumergía totalmente en el instante y como me gozaba el día.

T. ¿Pero está bien para ti esto? O sea en algunas conversaciones yo a veces no siento las ganas de hablar o de participar, digo uy no. Me paso esta semana con la amiga de mi esposa, que la fuimos a llevar y empezó a hablar que yo dije uy no, y empezó a hacer unas preguntas que yo ahí conduciendo, me hice el que estaba jum, no quería hablar y para mi estuvo bien no hacerlo. No sé si así es para ti o si realmente te moviliza.

C. Pues a mí me moviliza, porque no es realmente en un espacio de tiempo si no todos los espacios de tiempos. Entonces uno se queda como entonces, ¿qué paso en este día? Nada, no pasó nada importante, no hay algo como que yo diga ushh este momento me gusto bastante, no. Y creo que se notó un poco con lo del parcial, el de clínica. Saque 5.0, ah sí, saque 5, exonerado, ah sí, exonerado. Ósea una actitud reeeee parca que yo digo bueno.

T. Cuando hablas pareciera que la vida te va trayendo cosas, y tú las asumes así como jum. Entonces ¿qué paso este día? No pasó nada. Entonces acá sería interesante preguntarnos ¿qué haces tú para que pasen las cosas? Porque pareciera que el mundo te ofrece algo y no pasa nada. Pero ¿tú le ofreces algo al mundo? ¿Para que pasen? Si quiero divertirme ¿hago cosas para divertirme? Si quiero hacer algo interesante, ¿hago cosas para que sea interesante?

C. Es más que todo, cosas para divertirme, cosas para...

Me bloquee (risas)

Es como lo que está pasando en este momento, quiero hacer algo pero no sé qué, no sé cómo quiero vivir, entonces no sé cómo me quiero divertir, entonces no sé qué hacer en el instante y entonces ya... se va dando una reacción, preguntan yo respondo, hacen el chiste yo complemento con lo primero que me venga a la mente lo lanzo y eso es lo que de alguna manera no me llena, y es también es como, no sé si te lo manifesté la terapia pasada, es como si estuviera acá mi yo y encima estuvieran un montón de cosas que no me dejan conectar con él, no me dejan como, es como si estuviera el vidrio empañado y poderlo ver, no se puede, por esa, por todo lo que cubre.

T. Bien... Proponé algo para esta sesión

C. (Risas) me lo hubieras dicho en otra sesión... ahhhhhhhh te hubiera hecho una propuesta... Pero aaaaayyyy en esta sesión...

T. Registra esto, registra todo eso que hiciste en esos 4 o 5 segundos.

C. Risas...

T. Revísalo, chequéalo, ¿que produjo eso? ¿Si? Porque lo que yo sentí es como ouuuuuuuuh algo voy a proponer y voy a ofrecer, tengo la oportunidad, se me abrió un espacio para yo meter ahí algo, esa es mi sensación, ¿qué registras tú?

C. Es como que chévere la oportunidad, pero igual cuando me meto en ella no sé qué hacer

T. Pero hay que registrar eso. Porque eso es lo que uno llamaría la movilización, antes de entrar a la acción. Si no logra movilizarte, como tu decías ahora, si no logras meterme a la emoción, a la fuerza, al movimiento... la acción es una acción, pero la movilización es justamente eso y empiezo a pensar ¿que sería? ¿Me hago entender?

C. Es... yo creo que eso me pasa, me movilizo pero a la vez cuando estoy sumergido en eso que me movilizo, me bajoneo. Es... como que no estoy apto para.

T. ¿Quién te dice eso?

C. Yo... (Risas)

T. ¿Quién te lo ha dicho antes?

C. No recuerdo a alguien que me lo haya dicho.

T. Quiero traer a colación algo que tu dijiste... utilizas la palabra sumergir, y es interesante eso que me dijiste al empezar la sesión... cuando tu papá te sumergía en el tanque y por supuesto que estando sumergido tengo la sensación de no sé qué hacer y... como que hubiese algo que lo detuviera, en este caso tu papá. Una fuerza de alguien mayor, de alguien más grande posiblemente te ponía esa resistencia.

C. Si

T. Me parece curioso, es una asociación positiva interesante, ¿cómo te parece a ti?

C. Pues cada vez que yo me imagino ese sumergirse es realmente meterse al agua y cuando yo inicio a usar esa palabra, digo que irónico, porque sumergirse en la vida, pero yo no me sumerjo en la piscina, que es como lo más... lo más, material del asunto, no tan simbólico, si no realmente sumergirse en la piscina. Y en la piscina no soy capaz de estar totalmente libre, porque con eso lo asemeje la última vez, la última vez lo asemeje con que no me suelto y en la piscina que es donde más suelto o libre debería estar, menos, estoy ahí atado al piso. Incluso yo pase por cristiano también y me llevaron al bautizo y todo el cuento, el bautizo era sumergirse en el agua y salir, dejarse llevar por el agua, y nooooo, a mí me tuvieron que hacer algo para que yo moviera los pies debajo de la piscina, yo no me deje llevar. Entonces me pasa mucho con eso.

T. También decías, te preguntaba, ¿qué te dice este recuerdo de papá y mamá? Y decías, no nada. Nuevamente como ese plan. ¿Qué haría una persona en una situación “normal” frente a eso, que haría, que reacción tendría?

C. Reacción al recordar

T. Reacciona a que alguien te sumerja en una piscina obligado, un tanque.

C. En ese momento ponerse, llorar, que era lo que yo hacía de chiquito.

T. ¿Hacías eso cuando tu papá te sumergía?

C. Si pues de lo que recuerdo, lloraba, trataba de que no me metiera, pero el al final me metía. Hasta que mi mamá por allá intercedía por mí y decía noooooo, ya deje al muchacho quieto y ya me sacaba. Lloraba mucho, esa era la supuesta razón, estaba muy cansado, me metían ahí y ya ahhhhhh respiraba un poquito y quedaba como con el (sonido de jadeo) de los niños, eso es lo que más recuerdo de esos momentos.

T. ¿Qué tal si nos sumergimos ahí un poquito?

C. ¿En este recuerdo?

T. En esta experiencia, ¿sí? ¿Te parece?

C. ¿En cuál experiencia? (risas)

T. En esta que traes traías al iniciar esta sesión, de un papá sumergiendo al hijo

C. Bueno

T. Si

(Indica que se acueste al paciente)

Cierra los ojos un momento, te voy a invitar a que poco a poco vayas en el tiempo hacia atrás, te vayas recordando siendo un adolescente y salta a donde tenías menos edad, a tal punto hasta que llegues a ese momento donde llorabas mucho... por ahí cerca esta papá, un papá que a veces se convertía en una persona muy violenta, trata de traer esa sensación de llanto ahogado, ese llanto que sale, ¿qué sensación te da ese papá estar por ahí cerca?

C. Lloro.

T. Imagina que se va acercando papá, imagina que supones que va hacer, ¿que aparece?

C. Por lo general era porque me escondía en el baño, me escondía en el baño porque yo no podía hacer del cuerpo y se enojaba abría la puerta y me mandaba al tanque

T. ¿Qué sensación te da eso?

C. Ninguna

T. ¿En el tanque te metía boca abajo?

C. Como cuando agarran a los perros, así

T. Ponte boca abajo entonces; imagina que ahí llega papá y te agarra y te sumerge, hay una sensación de ahogo, de no poder respirar, ¿qué tal esa experiencia? ¿Y sales, no?

Trata de recordar que emoción había. Había tristeza, miedo rabia, ¿que aparecía?

C. Como liberación

T. Y hacia él, ¿que aparecía?

C. No siento nada

T. Vuelve y te meten, ¿qué reacción aparece?

C. De aguante

T. ¿Está en juego tu vida, que necesitas? ¿Qué necesitarías ese niño hacer?

Cierras los ojos, metete ahí, cierra los ojos... ahí esta papá, al frente, ¿qué le dirías si pudieras hacerlo?

C. Nada no tengo nada que decirle, no me interesa decirle nada.

T. ¿Qué le dirías a tu papá?

C. Nada, nada. Es más, nunca les digo nada, me encierro, solo.

T. Pareces un chico enojado, manos en la cintura, ceño fruncido, apresta la boca, estas respirando profundo, pero no les dices nada

C. No, no hay necesidad

T. ¿Podrías meterte de nuevo allá?

C. No

T. ¿Vale la pena esconderse?

C. No creo que esconderse, sino que ¿para qué? Si no tiene sentido decirle algo. De chiquito siempre preguntaba por el porqué de las cosas, esa era como mi forma de contradecir, entonces si me decían algo siempre preguntaba por qué, por qué, para qué; siempre lo preguntaba, quizá me enojaba por eso. Hoy en día siento que no se defenderme, incluso mi defensa era argumentar, eso está muy relacionado con los por qué. Hoy en día como ya tengo la mente llena de cosas, ni siquiera así me puedo defender, por eso es mejor estar callado, porque no sé cómo defenderme.

T. Vuelve al piso, boca abajo.

C. No vale la pena decirle nada a papá

C. No

T. Quizá he aprendido a que no sé cómo defenderme, ¿es algo así?

Te voy a invitar a que allí, con ese papá cogiéndote como un perro, vas a decirle casi susurrando, casi hablando entre dientes, vas a decirle, yo si soy capaz de defenderme.

Recuerda decir eso

C. Yo si soy capaz de defenderme

T. Nuevamente, metete allá, yo si soy capaz de defenderme

C. Yo si soy capaz de defenderme

T. Eso, revisa lo que estás haciendo

C. Yo si soy capaz de defenderme

T. Revisa tus manos, tus piernas, tu pecho

C. Yo si soy capaz de defenderme

T. ¿Cuanto?

C. Mucho

T. Mira tus piernas, se abrieron, mira tus puños, respira profundo, respira más

C. Yo si soy capaz de defenderme

T. Mira tu energía, revísale

No soy yo, no es Alexander, es la vida... Es la vida... Revisa el poder. Metete ahí. Trata de ver esa imagen donde creías que no eras capaz, ese momento donde creías que no eras capaz. Trae las imágenes, decías ¿para qué? Y te ocultabas en tus discursos. Metete ahí, chequea tu energía, chequea que tienes energía para hacer las cosas y cambia eso en tu imagen, transfórmalo, obsérvate haciéndolo, obsérvate siendo diferente, obsérvate diciéndole a tu papá yo soy capaz de defenderme, metete ahí, revisa tus piernas, respira, transforma esa imagen, cambia esos malos, identifica la emoción que hay ahí, que hay ahí? Viste eso que hiciste con las manos, exagéralo, exagéralo, metete ahí, saca sonido, mas, mas, dale, no escondas tus brazos, sácalos de allá, disfrútalo, trae las imágenes y transfórmalos, ve a tu futuro y observa como es tu futuro, regístralo.

C: Igual no aparece mucho que tenga que decir, sino un carácter con el que tengo que afrontar las situaciones, lo que te decía la otra vez, un vegeta, un renegado, algo por ese estilo, quizá no hable mucho pero cuando alguien llega es con una barrera y hasta qué punto te deja pasar,

T. Bien trata de identificar entre un vegeta, un renegado, un David, ¿Cómo es un David? Muéstrate... ese es David. Reconócete, obsérvate, no necesitas de nada mas, te necesitas a ti mismo, trae las características de ese personaje y reconócelas en ti, quiero ver a David. Registra eso, porque es lo que es. Disfruta eso, no lo pienses demasiado, vive. Levanta tu cara, frente en alto, te ves más alto de hecho. Te veo. Buen trabajo.

¿Que ves? ¿Que ves ahora?

C. Que estos seres “que habitan en mi”, me dan vida, en la última terapia descubrí que están ahí, pero sigamos ahora hay que llenarlos de sentido, de valor y ponerlos a jugar. Porque por así decirlo mi noción de vida, es la vida, es un juego, un juego importante,

pero un juego y necesito recuperar eso. Necesito recuperar la vida, o si no me la voy a amargar, volver a darle ese sentido, ese valor y sacar el tiempo de sentir esta parte, esta otra, esta otra parte, porque están muy etiqueta, son etiquetas que yo mismo pongo, yo mismo puedo quitar, que es lo importante, pero a la hora de poner los sentidos en mí, no sé cómo ponerlos a funcionar y ponerlos a funcionar es dirigir mi energía y sacarla de esa manera, es sacarla con ese carácter, en algún otro momento la sacare con otro carácter

T. Yo te vi sacando eso aquí

C. Solo que hay momento que no sé cómo sacarlo, como hacer aflorar esas cosas, y es ahí cuando choco mucho conmigo mismo. Es mas no gozo la vida, en cierta medida es eso, no me gozo a mí mismo, no me gusta

T. ¿Te gusta este David que viste aquí?

C: Ehhhhmmm... mas no que sí, no es por el carácter, no que no me guste, es más la forma como se aflora, es más esa faceta la que no me gusta, me gustaría más segura de sí misma, la faceta, que es mía obviamente, poderme sumergir más en ella. Pero eso siempre me cuesta un poco

T. ¿Que no te gusto de esto?

C: No sumergirme, no meterme realmente en el cuento. Es como el teatro, los momentos más interesantes del teatro es cuando lograr sumergirte totalmente en el personaje, pero si te sumerges en el personaje, ya no es un personaje, sos vos. Nosotros hacíamos las improvisaciones y allí se notaba que no nos sentíamos cómodos por que no estábamos metidos en nosotros, si no más en el público, en generar esto, en generar aquello, no somos esto; bueno un montón de cosas que no estábamos dentro de nosotros. A veces cuando hacíamos personajes y ya estábamos más metidos en ellos, ahí uno se sentía más en teatro, ni siquiera en teatro, está más en uno; yo me acuerdo de esos momentos.

T. En todo el ejercicio dices que no hay nada que decirle a tu papá, ¿sigues pensando lo mismo?

C. Creo que no es necesario, es más que mi papá en ese momento, me acordaba era de mi familia, cuando tengo problemas con mi familia o me siento atacados por ellos, pongo el alto. Entonces pongo el carácter o la actitud necesaria, como para eyyy ya, hasta acá, no más, sea como sea no me gusta lo que estás haciendo y si no nos entendemos pues punto

hasta ahí. Más que todo en ello, pero no es un desbocarte, porque siempre que me desboco me pierdo. Es, hago eso, vuelvo al centro, hago eso vuelvo al centro, y el centro es aquí estoy

T. ¿Que sería lo peor que pasaría si te pierdes?

C. Esto. Esto es lo que paso esta semana, o en este momento diría que esto, en otro momento diría que la depresión, ya después no me aguento tanto el simplismo, el reaccionar a la vida, que me deprimó, es como sentir, ¿para qué vivo si no me estoy gozando nada? Que tiene de interesante esto si no me puedo ni imaginar que me gustaría vivir, cosas así. A veces me gustaría tomar retos bastante radicales en mi vida, y hay veces que eso me llena, pero no sé en cómo tomar esos retos. Es como en vacaciones pensaba mucho qué tal si dejo la universidad, que tal si me pongo a leer por mi propia cuenta, que tal si me pongo a diseñar proyectos, dedicarme a las artes, sacarle tiempo a esas cosas que me interesan en gran medida y a cada cosa con su debido espacio y eso me empieza a movilizar a movilizar, pero llega un momento que digo ey no espérate, pero ¿qué hay que hacer? ¿Realmente me conviene o no? Y esto que te he dicho que he hecho con los trabajos, que le he metido un poco de creatividad, es un poquito parecido a eso que estaba pasando acá, o que me estaba movilizándolo acá. Siento que tengo estos personajes, estas pequeñas partes de mí, estos pequeños Davis acá, pero me cuesta mucho sumergirme en ellos, porque hay veces que como que llega ese ¿lo estas actuando, lo estás viviendo? Y hay momentos en que digo la vida es una actuación total, pero no estoy logrando sumergirme en esa actuación, no le tengo confianza a lo que estoy haciendo.

T. ¿Qué te paso conmigo en este ejercicio? Siendo lo más transparente posible

C. Lo sentí muy actuado y no solo me pasa acá, si no en muchas cosas. Siento la vida muy actuada. Hay veces no solo por mí, sino por los demás

T. Hay muchas cosas interesantes en las que hay que mirar que lo importante es que para ti se interioricen y ya se darán su lugar. Voy a atreverme a decir que vi yo, más allá de si fue actuado no. yo vi energía, yo vi fuerza, vi mucha fuerza, me toco más fuerza a mí para poder sostener, y un momento dije si esto fuera una pelea, el ganaría. Vi e interpreto emociones encontradas, como que quiero sacar esta rabia pero no sé qué sacar. No quiero decirle nada a este señor, a este personaje, a este papá, pero si dijiste mucho, es como

paradójico; con tu cuerpo dijiste mucho. Vi a un David allá parado, fuerte, grande, es en serio que yo pensé que teníamos la misma estatura, pero tienes mucha más altura, y cuando te muestras pues lo eres

¿Qué viene en esta semana para ti?

C. ¿Referente al ahogo personal? Me acorde de cuando entre la universidad, que de alguna manera siento que muchas personas me tacharon de arrogante, pero yo estaba sumergido en lo mío; no sé qué tenga que ese sumergirme con la actitud que vayan a tomar los demás, se siente que quedo como esa visión está actuando y cuando me sumerja totalmente va a estar en el otro. Me da la impresión

T. ¿Cómo me van a ver los demás?

C. Si y me duele decirlo, pero sigue tomando importancia el otro

T. En el lado más sano de tu personalidad, te importa eso. No está mal, se disocia cuando es lo único. Ósea si yo me visto así, digo ojala pudiera estar en pantaloneta, pero también digo, ¿cómo me verán mis pacientes? Como mínimo un estándar de estar bien vestido, entonces pienso en los demás, pero no me agobia eso, no me agobia decir uy estos zapatos están pelados ya. Hago lo que hay que hacer y cuando lo hago lo disfruto y no me agobia lo que no hice. ¿Me hago entender?

C. En este momento me llegan tantas cosas y siento que me disperso, me disperso totalmente. Por ejemplo, en terapia llego y trato de hablar con vos y a veces es como si estuviera en otros lugares, porque no dijiste eso, porque no hiciste aquello. Me pasa también en la universidad, en las clases estoy muy disperso, a la vez cuando me quiero sumergir esta la duda, la duda que no me deja confiar y meterme en el cuento y cuando me meto, no salgo como salía antes, que era con una confianza absoluta y con una argumentación adecuada, metido en lo que era, en lo que yo quiero, no en la casilla social si no en lo que yo quiero, ahorita me cuesta mucho meterme en la casilla que yo quiero

T. Poco a poco vas a ir aprendiendo. Hace ocho días decías algo muy interesante, decías como recupere esto, ahora ¿qué hago con esto? Y es justo lo que estás diciendo ahorita, y primero hay un paso y luego hay otro, hay que ir despacio. A todos nos pasa, nos vamos a otro lugar. Como terapeuta que te vas a entrenar, te das cuenta que te vas pero rápidamente vuelves, a los seres humanos nos pasa todo el tiempo. El tema interesante es

cuando yo te decía que verificaras lo que estaba pasando en tu cuerpo, manos, pecho, pies, para que no te fueras allá, no te fueras para la cabeza. En esta clase me estoy envolotando, pero que es lo que está pasando, es mirar con detenimiento.

C. Mira que eso que dices de la carrera, yo me consideraba mejor terapeuta antes, no antes de la universidad, si no momentos antes en la carrera que ahora. Pero ¿por qué? Porque antes me sentía terapeuta. No sé si has escuchado de casos de personas que pierden la memoria y les decís Ud. era profesor de piano y a la otra, Ud. era militar y llevas a esas dos personas a tocar el piano ¿quién va a aprender más rápido a tocar el piano? Probablemente la persona que se le dijo que era profesor de piano, pero ¿por qué? Pudo haber sido cualquier otra cosa, pero tuvo la convicción de que era profesor de piano, que al momento de hacerlo tenía la confianza que podía hacerlo. Lo mismo con psicología, me sentía terapeuta, me sentía psicólogo, tenía la seguridad que estaba estudiando psicología, bla bla todo el cuento, ahora eso se pierde, porque lo veo como eso, como la actuación. La vida si es una, entonces no me he sumergido todavía en ese sentido de así es la vida, así estamos todos, pero de alguna manera actuando lo que sentimos propio

T. Ese perder la memoria te va a llegar, nos pasa, he escuchado muchos colegas que me han dicho que les ha pasado, a mí me paso, me corrijo, puede que te llegue, puede que no. Pero lo cierto es que cuando tu estas frente a alguien por primera vez haciendo pasado el birrete, vos decís no sé nada, tienes incertidumbre, pero empiezas a hacer a hacer y te das cuenta que va llegando lo que aprendiste y cuando esta interiorizado sale. Pero cuando te creas y rol y todo el cuento, eso ya pasara

C. Ese es el asunto

T. Ya pasara

C. Ahora creo todo como un rol. Ya no sé qué es lo real, se siente muchas veces como eso, como todo es un rol. La mejor mentira es la que vos te crees, el asunto es que yo no estoy creyendo, la frase que resume este sentimiento es, no me creo mi mentira, ni mi verdad

T. Bien. A veces es importante no creer

C. Quizá sea el equilibrio

T. Es tus metas, tu cuerpo, tú sabrás.

C. Voy a mentir toda esta semana, voy a sacar todas estas facetas que tengo, hoy voy a jugar, no voy a ser yo, jugar con ganas.

T. Qué bueno, está bueno el ejercicio, ya me contarás como te va.

Muchas gracias.

Anexo 5

Sesiones psicoterapéuticas

Sesión No. 9

T. ¿Qué más David? No nos hemos podido ver tampoco

C. Si, quince días más o menos

T. Hace ocho días estaba en clase, por eso no pude. Yo creo que por eso se me altero todo lo de las sesiones, pero estamos acá que es lo importante. ¿Cómo vas? ¿Cómo te ha ido esta semana?

C. Habíamos quedado de hacer el ejercicio de lo del clown, que no traje nada y lo de la semana pasada, el importaculismo.

T. Que tal, ¿cómo te fue?

C. Es complicado, paso como por un ciclo y llego a un punto del importaculismo y ahí lo siento real, el asunto es cuando vuelvo al círculo, no logro llegar acá. Como que tengo que llegar acá para que me del importaculismo.

T. No entendí

C. Llega un momento en que estoy muy mal, y cuando estoy muy mal, ya... mando todo a la mierda y ahí me importa todo un culo y me siento un poco más tranquilo. Y pues vuelve y comienza la vida, y me voy metiendo como a los ciclos de pensamiento, y yo sé, yo sé que el punto donde yo me siento mejor es el importaculismo, pero no logro conectar con esa parte. Porque una cosa es decir ay si, necesito que me importen un culo las cosas a veces, pero llegar ahí ya es otra cosa

T. ¿Qué te impide llegar ahí? ¿Cuál es el pensamiento que te llega?

C. No es tanto el pensamiento, sino de sentirlo. Hay veces que yo estoy ahí, y no sé qué siento que pienso, yo sé que no estoy ahí, no me importa nada, y esta la hiperreflexión, la

ansiedad, todo ese cuento que como yo te había dicho la otra vez, es como si por acá está un David lleno de nudos y el que yo quiero esta por acá y el camino del importaculismo, es llega. Pero no conecta.

T. Y entonces en vez de importaculisarte, ¿qué haces?

C. Me estanco, como si, ¿vos te viste los Simpson cuando el señor Berns tenía un poco de enfermedades? Le decía que tenía el síndrome de los tres chiflados, una puerta e iban a pasar todas las enfermedades y no podían porque se quedaban todas en la puerta.

Entonces me pasa eso con la cabeza, es como si los pensamientos estuvieran ahí y me obstruyeran la mente. Y algo que estoy aprendiendo también, es trate de vivir lo más sencillo posible, si va a decir algo, dígallo con la mayor sencillez posible, no se enrede, mantenga la mente en blanco y en blanco es, si yo voy a hablar con un amigo y yo sé que él tiene un problema, entonces uno empieza a pensar es que yo soy estudiante de psicología, uno con que teoría se mete en ese cuento, por ponerte un ejemplo, la mente se empieza a llenar y no soy capaz de ayudarlo, pero cuando yo estoy ahí y digo no sé nada, no tengo conocimiento de nada, simplemente estoy acá en la experiencia que tiene que ver con el aquí y el ahora, ya ahí logro conectarme con esas personas, entonces eso lo relaciono con esa sencillez, con el aquí y el ahora y bueno

T. Todo esto que haces ahí, ¿lo has podido llevar a otros espacios?

C. ¿La mente en blanco? Pasa mucho cuando escribo, cuando tengo la mente llena de cosas no puedo escribir bien, pero cuando está vacía y empieza a llegar palabrita por palabrita, ya uno como que uhhm se empieza a liberar un poquito más, en este espacio también, en esta semana, bueno esta semana no, estos tres días, han sido productivos, puesto que me siento mal y llega alguien que necesita ayuda, o que le colabore con algo y me meto en él, le digo ve que pasa, y le digo lo que pienso y me ha servido en despejar ese sentido como para colaborarle al otro y eso ha sido muy gratificante para mí

T. De una u otra forma podemos decir, que esto que ha sido tan complejo, de la hiperreflexión, de estar atento, ¿te está sirviendo para encontrar un camino de acercarte al otro?

C. La hiperreflexión?

T. Todo esto que te ha venido pasando

C. Más que al otro, es al momento. Y en esas estoy en aprender a vivir el momento, es no estar tan pendiente de mí, yo creo que en algún momento que eso de ser consciente no aplica tan excesivamente, ser consciente es mirar lo que va saliendo de ti, no mirar por qué hiciste o dijiste esto, no, simplemente observe y obsérvese como van saliendo las cosas y conéctese con lo que siente y expresa y de eso es lo que de alguna manera vas a ser consciente. Entonces ha sido muy por ese ejercicio tratando de aprender, de lo que te digo, de estar presente

T. ¿Ha sido muy interesante entonces?

C. Si ha sido muy interesante

T. A mí me parece que es súper chévere, como algo que pareciera muy complejo te está dando pistas contra otras cosas. Por supuesto que a veces queremos luchar con nuestra mente y es casi una pelea perdida, donde decimo es si, está ahí, acepto tu velocidad, también darte un spaciecito y si quieres dale y sino tranquila. Es como un alivio, me parece que es chévere, me parece que es muy coherente.

C. Un alivio, pero un alivio frustrante a veces sea hay ver en que... creo que he caído en cuenta que no me acepto, creo no, he caído en cuenta. No me acepto, no quiero lo que soy en este momento y digo bueno, empecemos desde cero, aceptemos lo que hay pero cuando empiezo con todo lo que yo llamo síntomas de falta de confianza, que empiezo a tartamudear, que empiezo como a saltar de una frase a otra, sin terminarla, entonces es como aaahhhh. O empiezo a terminar antes, a recodar, entonces me empiezo a frustrar, como ah juepucha, entonces así como tan chévere de te acepto y te abrazo, pues tampoco va hasta allá

T. Un equilibrio, de hay veces que sí, veces que no y ahí te eliges

C. Eso es lo que estoy buscando, ese equilibrio, pero más que todo en ese lado, es que estoy como en cuatro encrucijadas, no sé cuántas, me acorde de las que estoy trabajando en este momento, que diría que es, lo que soy, lo que quiero ser, y el vivir aquí y ahora, vivir el momento. Entonces hay veces que estoy tan metido en lo que quiero ser, entonces me envolato, hay veces que estoy tan metido en lo que soy, que no logro, que no me gusta lo que soy, no lo estoy direccionando hacia algo, simplemente salga a la maldita sea. Y eso pues tampoco me parece gustoso, y el aquí y el ahora poder sumergirme en este

instante, porque si estoy aquí o allá, no estoy conectado con esto otro. Y lo otro era el aquí y el ahora, estas dos situaciones y el sentido, porque antes hacía cosas, y en esas cosas me sentía bien en lo que era, pero ahora es como si en esas cosas no me provocara hacer nada, en lo académico, en las relaciones que tengo con las otras personas, no me provoca compartir, es como un sin sabor y un sin sentido muy desmotivante

T. Entiendo. Digamos que tú decías en algún momento, que había color y había sabor del mundo antes, eso se perdió un poco dentro de un proceso y que hoy estamos intentando volver a él. Ese sabor y ese color ¿qué te lo daba? Entonces tu empiezas a dar una respuesta, una respuesta que puede estar muy acá y que hay que bajar y de ahí empiezas tu a chequear lo de aquí y ahora, lo de importaculismo, la hiperreflexión, van apareciendo una serie de cosas, cuando yo te digo que es lo que te daba color y gusto del mundo, la respuesta que has venido dando, es una respuesta conceptual, realmente es una respuesta vivencial, ¿cómo lo identificas tú? Me decías un poco que, es que yo veía al mundo como un juego, miraba al mundo como unos personajes, a mí me gustaba ese tipo de personajes ¿eso es tan real? Recuerda lo que estábamos hablando hoy, de que pareciera que el concepto estaba claro peor en realidad no lo está.

C. Ya no sabría si de alguna manera eso es lo que me gusta o no, porque ya no me provoca jugar. Entiendo que de alguna manera el mundo es un juego, pero no le encuentro el sentido al jugar

T. ¿Qué quisieras hacer hoy entonces?

C. No, no sé, no sabría decirte que quisiera hacer

T. Decías ahorita es como empezar desde cero, un poco siguiendo los lineamientos teóricos, hay una distinción entre el vacío, que es muy complejo, hay que tener un nivel de consciencia muy amplio para poder entender ese vacío que es muy tétrico, versus, lo que llamaría Perls, el vacío fértil, hay un vacío y en ese vacío puedo empezar a construir, entonces que quiero construir, ah esto, esto y esto, empezar a generar acciones para llegar allá. ¿En cuál de estos dos te siente más?

C. Antes yo creo que te comentaba que es como ese vacío infértil y ese vacío infértil era como esa mente obstaculizada, ahorita es un poquito más por lo que te decía, la mente en blanco, pero lo que le falta es esa motivación o deseo de, porque es como si no hubiera

deseo de algo. Ah bueno si hay deseo de algo en este momento, algo que me interesa y es la Gestalt, esta semana estuve descargando bastantes libros de Gestalt, pero son cositas que de alguna manera no me alcanzan a llenar completamente

T. Tú decías algo que me parece muy interesante y es el servicio hacia el otro. Yo no sé, pues al menos desde mi forma de pensar, pero que mejor que la psicología para poder como cultivar esto. Cuando dices ve me está interesando la Gestalt, pareciera que esto que acabo de decir tiene sentido, ¿sí? ¿Quién es David? Por ahí podrías empezar construyendo una identidad, una identidad que te piso, presente y futuro, entonces ya no soy todas estas cosas que no... si no que puedo todo esto focalizarlo, por ahora en el ser psicólogo, en el ser indagador, cuestionador, que es algo parecido a todos esos personajes de los que tú me has llegado a hablar en algún momento, de esa sed de venganza, el joker, personajes que tuvieran que ver mucho con esto, no sé si tú lo ves igual.

C. Es que ahí estaría el meollo del asunto de la parte del ideal y del real, del optimo y el que esta, porque hay veces que me voy muy para un lado y otras veces me voy mucho para el otro y definirme es complicado, hay veces me sumerjo en esto, no tanto me sumerjo, es más está apareciendo esto, y yo creo que el orden es, está apareciendo esto pero me estoy yendo para acá, es como si aparece algo en tu interior, una energía y vos le das forma, eso, aparece una energía pero eso es muy rápido, ¿no? Entonces sale.

T. Es paradójico porque por un lado este sale y lo vivo es diferente al que yo pienso e hiperreflexiono.

C. Y este que sale y lo vive, es muy del aquí y del ahora. O sea ese el punto en que Puuuuf salgo y mantengo más afuera que adentro.

T. ¿Y eso lo has hecho? ¿Eso se va saliendo y voy haciendo?

C. Por ejemplo estos días que he tenido esas conversaciones de ese estilo, ha pasado así, me sumerjo y sale y estoy con el otro, estoy con migo y estoy en el instante. Hay momentos en que no, es ahí donde aparece la ansiedad, la hiperreflexión, estas situaciones que me mueven

T. ¿Qué es lo valioso de estar con una persona y acompañarla?

C. No sé, ahora siento que de alguna manera estoy recuperando eso que sentía perdido, que era poder reflexionar un poco más claro, antes reflexionaba muy bien así, y si yo me

iba meditaba y luego reflexionaba era una conversación clarita, ahorita no, es salta, salta allá y salta acá y no termino haciendo nada, y el hecho de que se vive también, porque no es algo muy de la cabeza, si no se me conecta con vos, de cómo estas vos, como te sentís vos, como lo veo yo, no se es una vinculación chévere

T. Podríamos decir entonces que ese ir hacia el otro, salir un poco de mí para encontrarme con el otro, paradójicamente te ayuda a pensar y a saber quién sos vos, ¿sí? Ósea me entrego a ti, y mientras me entrego a ti, empiezo a saber quién soy, ¿algo así podría ser?

C. Si puede ser,

T. La ruta es un poco compleja, donde yo no puedo entregar nada que no tenga, entonces debería saber quién soy para saber que voy a entregar, se supone que tendría que ser así, pero lo que estás diciendo me parece también que tiene una lógica

C. Como Perls, a lo héroe, láncese, vívalo y aprenda de la experiencia que se va dando

T. Y siempre quizá esto nos lleva a todo lo que hemos estado hablando, las relaciones, la relación con tu mamá, la relación con tu novia, la relación con tus compañeros, podría tener algo de sentido, es algo muy interesante

C. si de igual forma hay que tener algo en cuenta también y es que esa ansiedad la genero en el otro, tengo miedo del otro, tengo esa ansiedad porque siento que el otro como que me observa, me evalúa, todas esas cosas que de alguna manera desencadenan una ansiedad

T. Para eso estas acá, pareciera que estas encontrando una ruta, para no tener que sentir esto, me voy al otro y ya lo decíamos en una sesión, algo así lo resolvió Sartre, veo al otro viéndome, así lo resolvió el, y tu podrías estar tratando de resolverlo un poco parecido.

Entonces decíamos que teníamos dos rutas interesantes, me conozco lo suficiente como para saber que te entrego o me salgo de mí para encontrarme contigo y pareciera que tu estas encontrando la ruta de me entrego para encontrarme

C. Es más por ese lado

T. Es bien, estaría lindo ¿no?

C. Si, solo que no sé cómo ponerme en cada ruta solo va a apareciendo

T. Pero al menos parece que ya no tienes esa gran responsabilidad de tener que conocerme, tengo que conocerme, tengo que saber quién soy, que es lo que hemos venido trabajando hasta ahora. Ahora te estás entregando y encuentras ahí un valor, mientras lo haces puedes empezar a decir uy soy esto o le doy la forma de esto, o empiezo a construir identidad, lo importante es que este ahí disfrutando, eso te llevara de forma casi inconsciente a atender esos detalles, y decir ahh soy un buen psicólogo, soy un buen amigo, soy una buena pareja, soy un buen amigo, como ahí recuperando esa posibilidad

C. El asunto está en irlo disfrutando, como te digo es un sin sabor...

T. Ahora entiendo por qué te está interesando la Gestalt... meterse a la vivencia.

C. Por eso fue que me gustó tanto los ejercicios que hicimos en el vivencial, no me acuerdo cual fue pero me llamo la atención, esa clase de cosas, no más decían láncese y cuando yo me lance, yo nunca había sido capaz en ningún vivencial anterior de lanzarme, y dije veeee chévere, con lo del agua también dije es chévere sentir esa sensación al final de uhhhhhh, quiero volver y volver a meterme así

T. Qué bueno, porque en la primera ruta es que va a pasar, como va a pasar, será que me voy a ahogar, será que voy a recodar las cosas feas, en general es mucha mente y vas y lo vives y te das cuenta que algo de lo que pensaste tenía y razón o que lo que pensaste no es así. Yo diría que un buen vivir sería tener ese equilibrio, yo creería que todo lo vivencialista es muy lindo pero a veces pierde lógica, mucha lógica y mucha coherencia hace que se pierda el sabor y color del mundo, entonces como entrar a ese equilibrio es como un ideal, y tú fuiste encontrando una ruta, otros encontrarán otra. Y así te ira llegando el equilibrio. ¿Cómo llevar a la vida más de esto? ¿Qué podrías hacer, a que podrías jugar? ¿Qué podrías inventar para seguir haciendo esto?

C. Me acuerdo un poquito del teatro porque estábamos planeando una actividad de poesía para la universidad y yo me imaginaba si hacemos clown y si metemos un personaje clown a la hora de hacer esto y aquello de acá, y ahí me empecé a imaginar y a meterme en el clown y yo ta ta ta, y después de ese día uy como espérate, ¿qué está pasando acá? ¿Qué está emergiendo acá? Cuando me metí en ese clown y lograba conectar con otra parte mía, ese ejercicio fue chévere, el de tener en cuenta a ese clown, yo tengo dos clown uno que es penosito y el otro que es irreverente y atrevido, imponente, cansón,

irracional, y era como uy que bien este puede ser irracional, como si yo no pudiera ser irracional y meterme en ese tipo de cosas, entonces lo veo por ese lado

T. Yo creo que es afianzar esto de la entrega, encontrar un valor en lo que puedo hacer allá con ese otro, encontrar un valor en la orientación que yo pueda encontrar en ese amigo, encontrar un valor en lo que yo me pueda divertir haciendo cualquier cosa, en la caricia, la frase que le doy a mi novia, entender a mi mamá con todos sus tema y desacuerdos que tenemos, encontrar algo y lo veremos en un curso y es algo que te llame, que te atrae, diferente a algo que te empuja, cuando te empuja, no es muy valioso.

C. A veces este crear acá, desde el ideal es empujado, cuando estoy es como cuando se va magnetizando y uno se da cuenta y cuando se da cuenta es como ay ve, esto va saliendo para acá

T. Eso es, esa es la sensación, es un poco encontrar un lado femenino de la vida, el que se entrega, el que se da, el que se conecta, y darle un descanso a ese lado masculino que es ese que dice esto va a acá esto es así.

C. Igual creo que hace parte. Pues como ya lo habíamos hablado la otra vez, la depresión es algo muy femenino, muy de esas fuerzas femeninas, y estos días es como si hay un parte de mí mismo, que dice me voy a tomar en serio, me voy a tomar mi vida y todo esto es como si algo dentro de mí se empodera, obvio soy yo, y empieza a reorganizar que también me parece re importante

T. El equilibrio del que hablábamos ahorita. La exacerbación del lado femenino es la muerte, la exacerbación del lado masculino es la teorización de las cosas y no las vivencias. Chévere estar en eso, en cuando me llama lo femenino, y después decir uy chévere a esto hay que ponerle cuidado y que bueno, y estoy entre las dos hasta que siento ese llamado, esa danza de ir y venir. Qué bueno, esa es la ruta

C. Pero, ¿Cómo me enruto?

T. No hay necesidad de tener un esquema de enrutarse, ese ha sido todo nuestro trabajo, tu quiere tener claridades de quien eres, como si fuese algo sólido, no, vamos siendo, dale tiempo, dale la oportunidad de ir avanzando, mientras vas avanzando vas a ir captando todo esto. Soy divertido, espontaneo, serio, todo lo podemos ser, solamente que en esa posibilidad que el mundo nos da, nos da la posibilidad de ser violadores, asesinos y ¿eso

me llama? No. De todas esas posibilidades hay unas que si me llaman ah bueno. ¿Sigues meditando?

C. No estos días no he meditado, quería ayer meditar porque tenía un fuerte dolor de cabeza y quería llegar y relajarme, quiero volverlo a hacer en su momento ¿Por qué?

T. Hay dos formas de meditar, una muy orienta y otra muy occidental, la occidental tiene que ver mucho con este filosofo Osho, que son meditaciones activas, sería muy interesante que en algún espacio que pudiéramos generar de cuidado, meterse en una meditación activa, ósea meterse en el trance, ¿qué significa el trance?, es el tipo rock and roll sería muy lindo si pudieras meterte ahí y experimentar el tranquilos, nada está bajo control

C. Mira que eso de una manera es lo que esperaba en el vivencial, cuando me ponía a leer esto, eso me generaba una especie de izzzzzz, ponerme a gritar a todo pulmón y hacer esto y hacer lo otro, que pena, pero a la vez viene eso que vos decís, que es liberarte y perder el control de la situación, estaba pensando en eso mientras me estabas diciendo eso, en perder el control. Cuando yo iba a meditación es como una cierta meta por allá dentro, llegar a la meditaciones llegar a, a la absoluto descontrol, no pienso, no siento nada, es esto, ya. No hay nada preparado acá, pero es como si hubiera cierto miedo allí

T. Es que son dos rutas diferentes, en una aquieto mi cuerpo para que mi mente se aquiete, pero resulta que cuando aquieto mi cuerpo, mi mente se activa, y que hay que hacer un trabajo extra, uno contemplativo, para que logre identificar, la meditación activa pasa todo lo contrario, muevo mi cuerpo, para que mi mente se aquiete y a veces sucede eso, la mente dice el cuerpo esta enloquecido entonces no hay necesidad de hiperreflexionar nada, el cuerpo ya lo está haciendo. Entonces ella se calma, entonces son rutas diferentes que hemos encontrado en dos escenarios

C. Lo que yo te digo, es el miedo a que ese director se vaya, a ese dirigir la vida Puuuuf fuera, chao. A ese estar aquí totalmente enraizado en el asombro de lo que pueda ocurrir sin ese punto de control, es como si necesitara ese punto de control. Es más yo tengo aquí mi lado obsesivo, pero por ejemplo esto es lo que tengo de un día datado, para tratar de reflexionar un poquito, este es el ejemplo de lo que te digo, son cronogramas, entonces tal día debo hacer esto, hacer aquello, tanto tiempo para lo personal, tal para hacer trabajos,

tal para las clases, y hay veces que llego hasta el punto de que digo que ropa ponerme, y acá digo camisa tal, chu, chu, chu, chu... todo demasiado controlado.

T. No recuerdo como salió tu test, por supuesto tu estilo es teatral pero no recuerdo cuales fueron las otras dos, que a veces uno tiene la principal, y por ahí otras dos que te llaman

C. Eso es lo que te decía del eneagrama, para mí yo soy uuuuun... para mí un 4, y por el otro el 1, que es un poco obsesivo

T. Nada, es me quedo con esto para tener controlado al mundo, pero resulta que es algo muy complejo. Y hay cosas que chévere controlar... Pero hay otras que chévere no controlar, imagínate uno haciendo el amor controlando todo, le subo el pie, la bajo el pie, le toco esto, le toco lo otro, no vas a disfrutar nada

C. ¿Yo si te he contado lo que me ha pasado en esa parte? ¿Si te conté?

T. Si, y es ahí donde hay que dejar ir, para disfrutar, lo que hemos venido hablando.

Muchas prácticas de disfrutar, ir y comerte un buen helado, una buena ducha, un buen masaje

C. ¿En qué momentos disfruta uno eso? Estos días he estado tan Pelión con eso, a mí me gusta la psicología, pero no me gusta la forma de vivir la psicología en la universidad, hablábamos en la clase de ética, y él decía que todo es relativo y bla bla bla bla, pero yo decía como vamos a profundizar si hay que ver como 10 clases, en cada clase hay tantos temas, ósea Ud. no alcanza a sentirle el sabor las cosas, todo está contabilizado, y es que uno ve a los docentes que también deben cumplir con esto, cumplir con lo otro, que uno dice esto es un sueño chimbo, donde ah yo quiero ser psicólogo y cundo te metes no es lo que esperabas, la sociedad te da un sueño y luego te das cuenta que era diferente a las expectativas que tenías, entonces estaba muy frustrado.

T. Todo eso son posibilidades, porque yo conozco psicólogo con profundización, conozco un mán, de hecho yo no soy amigo de él, es amigo de mi esposa, y el mán trabaja cuatro horas diarias, y yo digo, ¿Cómo vive? Mi esposa dice solo vive, y uno pregunta, ¿tiene esposa? No, no tiene esposa, ¿tiene hijos? No, no tiene hijos, pero vive. Y uno dice que ve que chévere, y yo trabajo 12 horas diarias, porque uno elige y yo he elegido que esas tres cosas que estoy haciendo me interesan, entonces cuando me siento estresado digo vale, otros diremos otras cosas. La carrera, la universidad, el mundo, te va

a dar posibilidades y tú eliges, elige, abortarlas sería negarse a eso, primero voy a ser psicólogo para decidir en qué voy a ser psicólogo, antes como lo vas a hacer ¿no? Que me ofrece cada docente, cada espacio, me ofrece esto de profundidad, bueno vaya y profundice, a mí me dieron esto, de clínica en mi universidad, y fui y profundice tanto que hoy voy a terminar una maestría en clínica, si me hubiera quedado con eso, pues hubiera sido eso. Me dieron esto de psicología social, y dije wow chévere, rico, lindo, pero hoy no quiero hacer psicología social.

C. Ese es el asunto para mí, quiero tiempo para profundizar, pero digamos que mi intereses principales son la psicología, y el arte, y lo espiritual, esos son mis tres grandes pilares de interés y el día de mañana espero dedicarle 4 horas a lo psicológico, 4 horas al arte, y quizá 4 horas entre semana también a lo psicológico, pero desde otro lado y los fines de semana sería para lo espiritual

T. Yo creería que en una sola cosa puede encontrar todo

C. Si se puede anudar

T. La psicología del arte es muy bonita

C. Es por eso que la Gestalt, la Gestalt es muy dinámica, que día hicimos un ejercicio así, era hacer assesment y en eso había que inventaron cuento donde evidenciáramos el liderazgo, la resolución de problemas, y yo dije que ricooooooooo. Que rico, ahí es donde yo digo wow, pero que tanta oportunidad hay de abrir esos espacios.

T. Es una carrera fuerte donde a veces no vas a tener la... pero va a llegar el momento en que vas a tener el tiempo, vas a tenerlo, no te afanes

C. Yo me afano, porque ahora ando con un desanimo que en gran medida eso influye

T. Bueno cuestiona entonces a tus docentes, profe Ud. me está diciendo esto, pero esto como se vería en tal cosa, a ver que se da, hay que indagar más, y esto donde lo puedo conseguir, te van a dar bibliografía, muchas de las cosas que yo doy en clínica son de nivel de maestría, entonces yo digo lo que aprendí en un semestre tengo que condensarlo para darlo en dos clases, por supuesto que voy a dar esto, no es imposible, pero entonces voy a decir que están complejo que no lo doy, ahh pero se pierde un espacio. Ósea que hay una posibilidad de que alguien se interese por eso, y siempre hay bibliografía y lo mismo sucede a nivel de maestría, y te dicen ahh si, el doctorado, revise el doctorado.

C. Eso es lo que yo te digo, es una vida de el siguiente pasito es, el siguiente pasito es.

T. Llego un momento en que decimos uy maestría no, y luego decimos maestría si, y llega y digo doctorado uy no, y uffff y ya que estoy terminando la maestría digo que sería rico. La vida va trayendo, y vos vas eligiendo. No prender amarrar todo ella, ¿vale?

Cuéntame un poco como te fuiste con el ejercicio de hace quince días

C. ¿El de mi papá?

T. Si

C. Me sentí mejor en el vivencial, como te dije acá lo sentí muy actuado, no me pude meter y era yo. Pero esta semana le he botado corriente a mi mamá y a mi papá, porque de laguna manera estaba pensando en la parte de mi autoestima, yo con esto que puedo hacer, creo que no voy a comentar mucho, pero pensé en mi papá, y digo bueno, mis papás tampoco eran perfectos, y económicamente logro obtener varias fincas, varias casas, cuidar a su familia interna, externa, no nos faltó nada, era un hombre que le colaboraba a las personas, a sus trabajadores, y yo uhh verraco, y no era perfecto, emocionalmente está muy embolatado, porque le gustaba estar con una y con otra mujer, le gustaba estar en borracheras, no era el hombre que yo viera como socializador, como jefe era muy dominante, muy altanero, grosero, mi papá estaba muy embolatado por este lado que yo estoy tocando, y por el otro estaba muy bien y logro salir adelante, ¿yo por qué no voy a lograr salir adelante con esto que tengo? Entonces lo vi por ese lado

T. De hecho se convierte en una referencia para bien o para mal, decir ve que chévere, él se equivocó por aquí y yo podría hacerlo mejor, el hizo cosas interesantes y yo podría también hacerlo, sin él, sin errores, sin sus aciertos, no podrías tener ese punto de referencia,

C. Eso exactamente, eso por el lado de mi papá. Por el lado de mi mamá, pues lo de, la mamá que tengo. Entonces nada mas ayer me levante y solo dormí tres horas y la vi por la mañana y el mismo desayuno de toda la semana, un chocolate en agua y yo tenía como sed de algo frio, y yo ahh cansado siempre del mismo desayuno, pro que me servís eso, pero dije espérate, uy mamá que pena le dije que me estaba molestando y bueno estaba bien, yo trato de abrazarla, de mimarla, de besarla, que día le estaba haciendo cosquillas y salió ella haciéndome cosquillas a mí, me toco salir corriendo a hacerle más cosquillas, y

yo veeee y eso ¿Qué? Entonces por ese lado se siente bien, como que hay algo que te contiene, te contiene de bueno, aquí estoy, este es mi lugar, mi familia. Mi familia está haciendo una reunión que mi abuelito cumple 100 años, pero mi familia es conflictiva, porque mi abuelito tuvo dos esposas y repartió la herencia sin haberse muerto, eso se volvió un despelote, entonces ahorita es como volverlos a unir porque ya vienen las nuevas generaciones, y bueno se van a reunir y eso es como un espacio para compartir con la familia de mi papá que casi no he compartido.

T. Me gusta me parece interesante, y trate de identificar los valores que estás viendo

C. ¿Familiares?

T. Si, cuando estás hablando de tu mamá, al menos yo percibo que te conmueves, es lo que percibí, puede que esté equivocado, pero es ver el valor, más allá de todos los defectos, cual es el valor. Que es lo que me contiene, que es un verraco, hizo, tuvo. Que bacano.

¿Cómo te vas?

C. Bien, pero me hace falta hacer como un resumen porque siento que se me han olvidado. Ayúdame

Principalmente eso lo de los valores, para seguir sumergiéndome en la experiencia, y encontrar valores en lo que vimos

T. Que está estrechamente vínculo con la entrega hacia el otro, que es una ruta distinta a la de me conozco antes de, no, me entrego, equivocándome, acertando y ahí estoy identificando quien soy

C. Y ahí se conecta con mi papá, él tiene un montón de cosas y entrega lo que hay.

Entonces en este momento, buscar esa ruta de aprender a comentar, a sentir, otra vez, es como si las emociones estuvieran de vacaciones, volver a sentir a gozar, buscar ejercicios, que tengan que ver con eso, como me siento.

Anexo 6

Sesiones psicoterapéuticas

Sesión No. 10

C. Uff re estresante todos estos días

T. Mucha cosa, ¿no?

C. Si le combinan mucha cosa y una como buuuf, por ejemplo mañana tengo parcial de psicopatología

T. Ahh, ya estudio o ¿no?

C. Ahora me reúno con los muchachos y me trasnocho a estudiar

T. Ese curso es fuerte pero es chévere

C. Si. Toda la psicología es chévere, solo que quiero estudiarla de una forma más ligera

T. ¿Cómo estas como andas las cosas?

C. Últimamente me he sentido demasiado estresado, demasiado ansioso. Te había comentado estos días lo de las personalidades, ¿no? Que había visto bueno esta parte teatral pues me hizo pensar también lo de lo histriónico, y creo que tenía cierta razón mi terapeuta en ese entonces, porque las dinámicas que tenía en ese momento eran demasiado fuertes y yo era otro, que era lo que te decía, ve estudia el trastorno evitativo, porque me toco exponer y me identifique con él, incluso hice el test, me salió muy alto.

T. ¿Qué test hiciste?

C. Ósea hice uno que aparecía en el de Caballo, que sea así súper confiable, no. Aparecía ahí en el manual de caballo, entonces hable con óscar, porque yo con el tuve un vivencial, él me había comentado algo que como que me choco y en ese momento no lo comparto, que era lo de David aparenta, me dijo así, pero yo ¿qué?, ¿dónde? De alguna manera, porque yo de fondo sabía que lo que yo estaba haciendo no era mi personalidad, mi personalidad en si no daba para eso, o si, el caso es que yo en sentí muy tímido y tratando de vencer esa timidez fue que empecé como liberarme un poco y empezaron a salir las cosas por el lado teatral, desde lo histriónico, como se le quiera llamar a esa parte. Entonces me tuvo como muy movido eso, desde que me di cuenta de eso, le estuve botando mucha corriente, me sentía como que no me ubicaba, no me ubicaba en el sentido de tanto tiempo acá, tratando de evitar esto y llega el momento en que esto se va,

esta personalidad teatral se va y queda esto, llega como con más fuerza, entonces me siento un poco más inseguro al tratar con las personas, la ansiedad se vuelve más fuerte, y uno se vuelve más fuerte de esas situaciones

T. Espérate que me estoy envoltando, ¿esto que estás diciendo es algo del pasado o algo del presente?

C. Del presente

T. Entonces dices que identificas que en lo teatral, ¿qué?

C. En lo teatral es como si uno fuera una capa de cebolla, entonces la capa mayor, entonces esta capa se va y queda esto, se va en el sentido que no me siento allí

T. ¿Y cuál es esta?

C. Esta, es muy ansioso, muy inseguro. O sea es como si yo me hubiera refugiado allá para no trabajar esto. Entonces yo podría trabajar esta personalidad, pero por dentro estaba con unas inseguridades muy fuertes. Entonces yo entre a teatro, y en teatro siempre tenía esa ambivalencia, de allá desde se debe aparecer mucha teatralidad, mucho histrionismo, no me interesa estar allá siendo el centro de atención, yo quiero estar por acá, entonces siento que esa parte quedo allá, y en este momento me siento en esta otra capa, en la capa más interna, que es lo que no he trabajado

T. ¿Cuando dices inseguridad es qué?

C. En las relaciones, bueno hay varias cosas, lo considero más en las relaciones sociales, yo me siento a hablar con alguien y es realmente lo que te decía la otra vez, realmente pocas veces me conectaba es muy rico, pero es muy pocas las veces que lo hago. Entonces estoy tan metido en mí, que no logro conectar con el otro, que no logro sumergirme en la experiencia, de estar aquí hablando con alguien, compartiendo con alguien, creo que eso dificulto el proceso terapéutico anterior, porque en ningún momento lo manifesté, y algo que yo tenía era que yo vomitaba las cosas, vomitar las cosas es que yo vos me preguntas algo y yo te respondo lo que primero salga, por esa misma ansiedad, hay unos que se quedan en blanco, hay veces que me quedo en blanco, yo en ese momento era vomitar, vomitar, vomitar y no hacia ese proceso de como que es lo que quiero decir, que es lo que quiero hacer.

T. ¿Y él te preguntaba también como estabas?, ¿cómo te sentías?

C. Si el al final me preguntaba, como te sentiste y pues yo decía bien. Como uno suele responder. Sin embargo creo que él lo que él quería lograr con el proceso terapéutico era eso, que yo me diera cuenta que bajo esta faceta hay esta otra, que comienza como a generar tensión y que hay veces en que te ponen la etiqueta de que sos tal cosa y hay veces en que lo sos, otros en lo que no, pero uno sigue en la misma dinámica, digamos como cuando uno está para eso en este instante

T. Te siento una persona insegura en este momento

C. En este momento si me siento muy inseguro, como cohibido, no sé.

T. ¿Cuándo te has sentido seguro o que sería ser seguro?

C. Cuando hubo un momento, no se cual, solo recuerdo la sensación, la experiencia, que sentí que me gustaba, me encantaba, que a pesar de como fueran a salir las cosas, iban a salir bien, a pesar de que yo o supiera que decirte, que tema hablarte, las cosas iban a salir bien, y lo que yo fuera a decir iba a ser interesante , iba a ser valioso, hubo un tiempo en que me sentía así, pero sé que vivió preparando mucho las cosas, vivo pensando que voy a decir, como lo voy a hacer, esto, lo otro, entonces tan, tan, tan, muchos pensamientos que cuando llego a la experiencia me bloqueo, a veces en las exposiciones me sentía muy relajado, ahorita ya no tanto, y es un choque muy fuerte, la semana pasada que hicimos una actividad en la que estaba tan ansioso que no me gusto absolutamente nada de como hice la presentación, al final me fui para atrás de la universidad, que es totalmente callado y en silencio y aburrido, se me salieron hasta las lágrimas, yo dije, no pues hasta aquí llegaron todos mis sueños, fui muy dramático en esas cosas, pues como lo sentía, hasta aquí llego todo, por más que me esfuerce las cosas siguen saliendo mal, me sentía como...

T. Es un tema de esfuerzo, debes esforzarte mas

C. No sé, ese día yo me esforcé bastante lo repase, es cuestión de sentirme seguro de mí mismo, otra cosa, toco tantos temas a veces que no termino yendo por un camino, pero después de ese día, que paso todo eso, me descargue y entre como en el importaculismo, ahí si como que agg, las cosas fuahhhh peor a la vez había esa cercanía con el agg ya todo me da igual.

T. David, voy a hacerte una pregunta y quiero hacértela con todo el respeto que puedo ofrecerte, y si está mal formulada me la cuentas para que la revisemos, hasta qué punto esto se está volviendo repetitivo, hasta qué punto te vas a una esquina para ser rescatado, hasta qué punto, este discurso ya lo conozco, porque cuando tú me dices lo que me dices y te veo, yo veo cosas diferentes, tu forma de vestir por ejemplo, habla de un tipo confiado, al menos así lo percibo yo, y yo digo ve que chévere, entonces me siento escuchándote contradictorio, al menos esa es mi sensación, bueno hasta cuando jugamos a la escondidas, es mi sensación, no sé si la compartes o no.

C. Es que eso es lo que me dice Raymundo y todo el mundo, acordate de la clase de intervención grupal, digo tenga más confianza, pero las personas me dicen, pero yo te veo seguro, yo te veo una persona confiada en vos, pero no es así como yo me siento, y lo de repetitivo, sí. Yo me siento siempre en un ciclo, hasta que termino en esa parte que te digo, me desmorono totalmente, el importaculismo, es como ese pedacito donde digo que me siento cansado de tantas emociones corriendo dentro de mí, y ya después vuelvo después al sitio. Creo que puede ser, o no que pueda ser, es que es así, es que soy demasiado perfeccionista en ese sentido, acordate que también te decía algo de la parte obsesiva, que te mostraba incluso de como organizaba la semana porque me gusta tener tiempo para lo uno, para lo otro, soy perfeccionista en eso. Entonces algo y parece que nunca me gustara.

T. Por ejemplo, ¿estos días que has expuesto te ha ido mal?

C: ¿Que sería irme mal?

T. Una mala nota, riesgo en una materia

C. Mal en se sentido de notas, no. En que me enredo, si

T. ¿Está mal eso?

C. Para mi si, a mí no me gusta, creo que siempre he tenido la idea del perdedor, del tonto, entonces creo que eso me conecta mucho...

T. ¿Cuándo nació esa idea? ¿Cuándo fuiste consciente de esa idea o de esa creencia?

C. No sé, pero sí sé que desde muy chiquito, y creo que mi familia se ha recalcado mucho eso, en joda pero siento que me ha afectado

T. Imaginemos a David un poco más confiado, más suelto, mas espontaneo, y fuera de ese círculo que tú dices, si lo pudieras imaginar ¿que necesitas para llegar allá?

C. Yo creería que ese importaculismo, el asunto es como llevo a eso, como no darle tanta importancia a las cosas, empezarme a expresar más,

T. Eso un poco paradójico, porque imagínate cuando tú dices por lo general me gustan las cosas bien hechas, y que estén como con un nivel importante, y eso es muy bueno, todos los estudiantes tuvieran esa misma perspectiva, pues tuviéramos una súper universidad, entonces hay que cosas dentro de ese revoltijo, si descartamos todo estaríamos perdiendo, como esto que te pasa o eres, como lo metabolizas bien. Pongo un par de cosas, tú dices voy a preparar una exposición, la estudio, la preparo, organizo las diapositivas, hago lo que tenga que hacer, y hago mi presentación y hago lo que está en mis manos, pareciera que el resto se te escapa de las manos, la interpretación de otros, la calificación de los docentes, las ideas de mis amigos y compañeros, hay cosas que están en tus manos y otras que no. Porque yo creo que este tema de luchar, de rechazar, de quitar son palabras que no traen mucho propósito, diferente vivir la experiencia, a transformar, metabolizar, encontrar el sentido mirar para que las cosas, sortear eso puede ser interesante.

C. Por ejemplo ahorita que dices eso, me acorde de la exposición que hice en intervención grupal, a mí no me gusto. Y pensaba que no estaba sumergido en la experiencia, y si yo no estoy sumergido y no me importa cómo vaya a decir las cosas, si yo dijera voy a decir esto y esto, las cosas hubieran salido muy bien. Entonces yo digo, profe uno lleno de ansiedad las cosas son diferentes, y no salen las cosas tan bien entonces uno las deja pasar, pero si mantengo en una ansiedad, de lo que te decía del otro, como me veo, me siento como ya cansado de cargar con eso

T. ¿Cómo te ve el otro?, ¿cómo te vieron ese día en intervención grupal?

C. No lo se

T. Exacto, no lo sabes. Todo lo demás son objetos de consciencia que tu pones en los demás. De ahí para allá es como creo que creyeron y como creo que me vieron. Hay dos vías, voy y les pregunto, o me la creo y supongo, y pareciera que estas en la segundo, suponer, suponer, suponer y al final no tenemos ni idea, ni se acodara la gente, como puede que sí, o mira que yo te vida esa forma, o mira que no me acuerdo, al final

quedaras tú con tus creencias y con tus supuestos. Por supuesto, que uno pone en la balanza eso, porque si te sirve yo creo que hay mucha gente perfeccionista, que trabajan a la nasa y miles de cosas, que si no fueran así pues no estuvieran allá. Pero también es, que yo quiero en la vida, es para que sirvo. Yo creo que tú eres sumamente consciente en los momentos en que estas empezando a darle y a darle, porque los describes bien, como tú tienes las capacidad de hacer oposición. Aquí ya le estoy empezando a dar muchas vueltas, ¿qué hago? Que debo hacer, como me salgo de esto, como pienso en otras cosas, hay muchas otras cosas que podrías hacer

C. Es que una cosa es ese perfeccionismo de hacer todas las cosas bien, es como si estuvieras viendo algo, y las cosas están saliendo bien pero para mí no están saliendo bien, es el asunto, la visión que tengo de mí, de cómo llevo las cosas, de cómo están saliendo mi vida, no me hace sentir bien, y cambiar esa imagen es complicado. Para mí es complicado decirme no ve de tal y manera y yo como que por dentro yo soy así, no me gusto.

T. ¿Cuál sería otro camino? ¿Sumergirte en el camino hasta que explotes?

C. Ese es el camino que estoy tomando, hasta que exploto y llega el importaculismo, y llego a un camino en el cual es como si estuviera dormido y no me pillara bien las cosas, es como si estuviera en mismo punto. Estos días estoy así total, por ejemplo esta mañana no me quería despertar, yo decía que se acabe ya el día.

T. Recuerdo que muchas veces hemos hablado de este tema, y decíamos que el tema de la libertad es sumamente importante para ti, la libertad ante esas cosas, decíamos si no me quiero levantar que me jalona para, el deporte, leer, hacer esto por alguien, eso ya se ha dicho, el tema es si lo haces. Una cosa es decir y otra es hacerlo, entonces podríamos revisar esto y de nuevo aparecerían elementos donde tu captas valores, el deporte, un amigo, el teatro, el arte, cosas te llaman, entonces como tener esa misma conversación, o podríamos decir hay que hacerlo, no hay otra forma.

C. ¿Y en qué tiempo? Con la universidad, me siento ahogado, más en este momento donde quisiera hacer tantas cosas pero la universidad esta con que tienes que hacer esta cosa, esta otra,

T. Entonces mira lo que vamos a plantear, una cosa es moverte y otra cosa es no saber que están ahí para el momento en que esta el espacio ir y hacerlo y otra cosa es no tengo el tiempo, que son dos cosas diferentes, lo que pensé era que lo veías, y lo pensé a partir de lo que me explicabas, como capto eso es que no logras ver alguien ahí que te llame, y son dos cosas diferentes. Si el tema es de tiempo y de organización, pues entonces yo te digo todo estamos en las mismas, estamos en una recta final de semestre, donde todos, Uds. como estudiantes, nosotros como docentes, las directivas, todos estamos como en un torbellino, y estamos terminando, esta es la semana dura. Ah es eso, ¿es de un momento? ¿Es de la vida? ¿Me estás hablando de cosas de la vida?

C. Es que yo lo siento así, no es de esta semana que me siento así, ósea lo que siento, el asunto que es, si yo me saliera de la universidad y acabara con este cuento, realmente esto, ósea no me siento seguro de que eso me llame, eso es, digamos, leer por mi propia cuenta, lo que te mostré esta semana, el libro de la Gestalt me encanto, pero ese trocito de tiempo que lo podía hacer, eso, las manualidades me gustan mucho, tengo como 4 o 5 manualidades pendientes para hacer en mi cabeza, me gusta ver anime, hay diversas cosas que me gustaría sacarle su buen tiempo, su buen trozo de tiempo, pero no me da. Por eso es que yo hago toda esta lista de aquí y acá para darle tiempo, por eso me organizo, pero esto por un lado. Por el otro lado, digamos que yo siento que los dos temas que estamos tocando acá son como me siento conmigo mismo con esto de la ansiedad, y con esto de la vida, la parte existencial. Estoy entre esas dos cosas.

T. Pueden suceder varias cosas. Una, a veces no todo lo que genera sentido, da placer. Yo te digo a mi me da sentido ser docente, pero no siempre encuentro placer ahí. Yo tengo que prepararme la clase, tengo que leer, y eso no me da placer porque me quita espacio para hacer otras cosas, si nos metiéramos solo con el placer, seríamos adictos a cualquier cosa, seríamos adicto a cualquier cosa. Haríamos mil cosas, en búsqueda del placer, pero no todo lo que da placer, da sentido, y no todo lo que da placer sentido, da placer. Y si, tú me dices, quisiera hacer esto, me gusta hacer lo otro. Pero al final hay algo que tu haz dicho durante las sesiones y es el trabajar con la gente, el sentimiento altruista, ese yo con todas mis cualidades a la psicología, como encontrar eso de la psicología que realmente me encanta, porque hay otras cosas que no me llaman la atención, si duro,

Cuando uno tiene eso claro, puede sortear cualquier como, si! eso es una cosa eso es un camino. El otro camino, es poderle encontrarle sentido al momento por momento si! Momento, ¿qué significa eso? Que estoy desyerbando acá, el jardín con el solazo si, y como le encuentro gracia a eso, como le encuentro la inmanencia a la vida, lavar el carro, si como le encuentro gracia a eso cuando realmente saco los 15 mil pesos y lo mando a lavar, como le encuentro gracia seguramente poniéndome a jugar con mi hijo, mojarlo que me moje, y el viene y hace cosas y empieza a decir bueno que chévere o incluso al final cuando uno está sudado y ve el carrito un poquito brillosito y dice que chévere, como le encuentro gracia a ese momento, aunque a veces, hablo mucho, si son dos caminos que pueden incluso complementarlos pero que si no los metemos desde nuestra libertad hay el torbellino me va a llevar, entonces me convierto en la victima de las circunstancias para que escribir tantos artículos, de eso hablábamos ayer así, y además no vamos a tener vacaciones, y además hay que escribir esto, para el 30 tengo que enviar 3 informes, entonces digo juepucha pobrecito yo, pero al otro lado me dice pobrecito no, es lo que elegiste y seguramente cuando se publique todo eso y tenga un reconocimiento va a ser interesante, el mero hecho de escribir a mí me gusta estoy cogiéndole gracia al escribir, como encontramos eso, y eso no lo vamos a encontrar acostados en la cama, cerrando las ventanas, si, o sea necesitamos movilizar, quien me llama, que me atrae, la lógica, yo sé que suena fácil pero no lo es, por supuesto, porque es la vida misma, entonces no sé, no sé si esto suena un poco a, a confrontación, pero yo creo que necesitamos hacer, si, ya eres un tipo que reflexiona muy bien, y que saca varias conclusiones, que tienes una analogía importante, tienes una lógica importante, tienes a mi juicio un coeficiente intelectual alto, y eso me podría quedar en solo eso, si no hacemos, si, si no hacemos, si, logras evidenciarte como David se esconde detrás de David, como David incluso podría llegar a esconderse detrás de una sesión terapeuta, C. O sea seria yo mismo poniéndome el pie

T. ¿cómo puedo decirme a mí mismo a ver David ya es hora?, es hora, si no vamos a seguir en el mismo procedimiento, si, y cuando digo es hora, me atrevo a decirlo desde lo que hemos vivido en el proceso, porque si esto fuese la primera o la segunda sesión yo diría no tengo ni ideas y ya estás preparado, pero lo que tú has dicho en este escenario, ha

sido valiosísimo a mi juicio, no se para ti como haya sido, pero creo que has encontrado elementos, te has descubierto, has recuperado muchas cosas que habías perdido de años atrás en esta vida, empiezas a encontrar un norte, cuanto unos mesecitos no!

C. No se es como si todo estuviera acá en la cabeza, pero a la hora de vivirlo es complicado, bien digo me siento,

T. ¿Y allí que arrojas?

C. Me siento así

T. ¿Y allí que arrojas? Es como si estuviéramos, el salto efecto destino, te arrojas, ¿caeré parado? No sé, lo importante es tirarse, si, nos tiremos juntos, del modo, sino seguimos en un círculo porque esta conversación ya la tuvimos, y ya identificaste elementos, que yo no los he puesto, no los he inventado, tú los identificaste, ¿cómo empezar a hacer? Si eso significa bajar volver, como me meto a mi corporalidad, si eso significa no se tener unas relaciones interpersonales donde ahí valore las cosas y casi que renunciar a mí me da es bueno, que era un poco de lo que hablabas la última sesión, el cuento cuando estoy allá, a bueno dale, si por que no es ir al encuentro del otro en que otra forma me encuentro también, dale, pero si, si, si buscamos, no sé si llamarle así, justificaciones, las vas a encontrar todas, todas, tú me vas a decir a entonces mi estilo entonces es acá, este rasgo de personalidad ya mide a las personas, la universidad, la gente, el novio, mi mama, mi papa, todas las vas a encontrar, estoy segurísimo de eso segurísimo, entonces yo, te digo German es hora, y lo digo desde acá o sea desde lo que me interesa este proceso, desde el ser testigo de lo que has hallado, en serio, en serio, con todo mi corazón, si yo viera que no tienes te diría uff mira no se síguelo reflexionando no, pero lo has puesto tú, tu único sobre la mesa, entiendes, la mayor confianza que hay en el mundo, es justamente lo que decías, vivir la vida teniendo en cuenta que hay un misterio, donde no sabemos realmente que va a pasar ni cómo va a ser pero este mundo es un buen mundo para vivir, independientemente de las circunstancias, no tenemos idea de que va a pasar, pero hacemos la apuesta, hacemos la apuesta, a mí no me gusta casi este tipo de comentarios pero yo creo que la apuesta a este enfoque es muy justa para ti, que si buscas en otros lados vas a encontrar y vas a decir claro, si ante esa falta es imposible jejeje y yo diría desde acá que es muy posible, muy posible, es como sacudirte .

C. Yo en algún momento de mi vida, yo decía que estaba atrás de la justificación, Yo tengo muchos recurso, yo cuando creo en mí salen cosas muy buenas, y una vez entre tanto pensamiento yo diría, que pasa si todo esto se va en contra mía, o sea así como tengo recursos para dar cosas, para una discusión, para argumentar, para tanto, que tal si esa forma de reflexionar se vuelve negativa y se va en contra mía, es lo que está pasando ahora, así como me volví pesimista, así como es capaz de sacar argumentos optimista para todo, ahorita es por este lado. Es como si este lado hubiese tomado tanta fuerza, que este ya me está abrumando. Y vuelve, yo digo que yo inicie proceso terapéutico por eso, yo necesito es la seguridad, porque los recursos como que ya están, ahí están pero la seguridad es de créeme que ahí está.

T: ¿Estás diciendo que tienes un poco de temor a tu potencial?

C. Es como si no me lo creyera, es como si yo no, ósea es como si yo me sentara a hablarte a vos... hay algo que tiene un compañero, que él habla y yo sé que no sabe y habla con una seguridad que yo digo, yo soy capaz de hacer eso, pero no me siento cómodo hablando sin saber, hay veces que hasta si sepa pero no me veo ahí, me voy a poner muy psicoanalítico, no me veo en ese rol de autoridad, entonces me la mantengo acá, no sé cómo asumir el papel de sí se, y esto es lo que se y esto, esto y esto, es como esa parte agresiva no sale de mí, y vuelve, y es darme mi lugar, darme mi espacio y decir, espérate. Que yo pienso que las cosas son así, que esta situación es así, esta situación, poderme argumentar, poderme expresar, poderme salir de los chiros, no se lo veo como muy desde eso, desde un rol de padre, un rol desde hijo, estoy como por acá y como le decía a una compañera hoy, no soy capaz de hacerme la ley de mi vida, yo mismo la ley de mi propia vida, no sé, entonces creo que esa confianza va a posicionarme a ahí. No logro ser

T: ¿Y si le das el lugar a tu papa? ¿Si le reconoces, que pasaría?

C. ¿Cuál sería el lugar?

T. Hemos hablado bastante de tu papa, bueno poco, pero cuando te metes ahí, lo esquivas un poco. Esto está bien, eso se deja hasta ahí, como un niño temeroso, ¿o me estoy equivocando?

C. No sé, pero siento que esto académico, me gustaría decir, paro y quiero mirar otra forma de vida, pero me siento muy abrumado por esa parte, en este momento estoy muy amarrado a mi mama, a mi hermano, ósea no soy capaz de decir voy a tomar las riendas de mi vida, me las voy a tomar yo, tengo como el miedo de hacer eso. No sé, si eso allí tenga que ver, lo más probable es que sí.

T. Yo creería que sí, pero si seguimos viendo a papa como es el que debería, como un tema que pudo ser tocado pero no se pudo, va a ser complejo, un poco idealizado. Ya no hay un niño y un adulto, sino que hay dos hombres simbólicamente

C. y esa no me la creo, no creo que tengo todos los recursos.

T. Exactamente, Sería interesante que pudieras verte crecido, y que no hay necesidad de ser niño para que papa me vea

C. Yo no creo que sea tanto de que papa me vea, simplemente es, no sé, ni siquiera sé que es, es un miedo a afrontar la vida,

T. A ser adulto

C. Si, a ser adulto, si no es por esta edad, imagínate, más todavía. Con mi hermano, no se siempre tengo ese temor a las autoridades, nada más ahora con una profesora que me comentaba algo yo era como un cachorrito, como un chiquitito, no sé cómo atemorizado, cosa que siento muchas veces con mi hermano y cuando discuto con él, es así, me bloqueo llega la ansiedad me quedo en blanco y no sé cómo responderla

T. Es una buena forma de defenderse, parece contradictoria, si hago así no tengo que pelear con nadie, asumo ese lugar y me cuido. Si quisieras, si fueras agresivo pues hay otro que va a decir, ah Ud. también puede, ah Ud. ya está grandecito, entonces no sé si es que no quisieras aun asumirlo, porque es paradójico es como si por un lado quisieras asumirlo, pero por otro lado no lo hace.

C. Si... Ahora hablaba con una compañera sobre eso, ella está haciendo un trabajo sobre psicoanálisis y ellos hicieron una entrevista y ellos empezaron a revisar, entonces yo les pregunte, venga como les fue en la entrevista, pues yo quería pillar como que cosas hacían, y se tocó mucho ese tema, de cuanto he sido agresivo, en palabras de ellos, vos sos neurótico pero no has pasado a perverso, y que es perverso, no que es ir en contra de la ley, entonces ¿cuánto? Ahí me acorde de la parte agresiva, cuando he sido agresivo,

cuando he podido manifestarme, como ah el problema que tuviste con la rectora, yo te conté lo que paso con la rectora, en un principio estaba muy tímido, pero llega un momento en que le digo, ve mira yo no creo que el manual de convivencia sea así, por esto, esto y esto, la rectora se en verraco conmigo más el salón me apoyo, y eso le dio mucha más rabia, pero yo lo hice con mucho respeto, se lo dije con autoridad pero con respeto, eso genero un bonche en el salón, un bonche en mi casa, en mi casa no me apoyaron, entonces yo simple, las cosas no son así, y ellos dicen coma callado, y a mí me da rabia que me digan eso, como así que coma callado? Es que Ud. esta punto de graduarse, no se meta en esos problemas, bueno, eso fue el único momento en que me salió esa parte agresiva, y tuve ese inconveniente con la rectora, luego de eso llamaron a una tía para que me aconsejara, y ella era ve que está pasando, esto lo otro, mira que es... mira que es algo irrespetuoso por parte de ella, no he tenido más momentos. Me fui de la casa un tiempo, cuando estaba haciendo la otra terapia, aun me estaba sintiendo muy mal, en esa casa me sentía solo e incómodo, y me estaba abrumando la parte económica, entonces me sentí abrumado, era como que me salí pero no fui capaz con esto y volví a la casa.

T. Cuando hablas creo que es importante distinguir dos cosas, una es tener coraje, que creo que lo que hiciste con la rectora, marcaste un límite, distinto a la agresividad en términos de violencia, porque cuando yo soy violento y no me gusta ser violento, entonces me retraigo y me confundo, confundo la violencia con coraje y al fin revuelvo todo eso, entonces ya no pongo límites. Resulta que yo puedo poner límites y ser violento, lo que creo y que estoy suponiendo acá es, cuando tú hablas pareciera que te da miedo ser violento, o miedo no, no te gusta ser violento, y en aras de no ser violento, repliegas todo, incluso el coraje, no, uno puede poner sus límites y no tener que herir a nadie

C. Es que es complicado, porque cuando vos lo haces, las personas se ofenden

T. Bueno es otra historia que para ti es importante. Que piensa el otro de mí, pero eso le corresponde a él, digo esto y esto, está en mis manos, es lo que yo creo, no te estoy agrediendo, pero te enojaste, ah bueno, eso ya es tuyo.

C. Es complicado eso, yo tuve un inconveniente con una docente, pero fue chiquito, ella estaba explicando una teoría, yo sabía la teoría, pero por más que ella explicara la teoría, que es la que sabe de ese tema en la universidad, yo sabía que en eso estaba mal. Y yo lo dije, le dije ve esto es así, así y así y la respuesta de ella fue, no. No mira lo que quiero es explicar esto y esto, bueno me enrede, en ese momento, ansiedad, me enrede. Pero ya sabía que era, entonces le dije no mira profe, es así, asa, y se en verraco conmigo, además que yo tengo un tono de voz fuerte, entonces ella interpreta eso, bájale el tono de voz, disculpe profe, pero lo que le quería explicar es esto, no quiero ser altanero, sencillamente mi tono de voz es así, y genero conflicto. Entonces yo siento que cada vez que trato de poner mi raya, hay un conflicto.

T. ¿Y qué pasa si lo hay? Si yo le digo al señor, que pena señor yo voy primero en la fila, eso es un conflicto, ¿y qué pasa si lo hay? Ese conflicto no es malo, somos seres humanos

C. Si eso lo es y no lo se

T. El problema es que si están todos los ojos excesivamente en uy mi imagen está quedando menguada, ahora que van a pensar de mí, si está excesivamente puesto ahí, es excesivamente abrumador.

C. Creo que también que recién entre a la carrera, pasó algo así. Yo entre con una seguridad, para decir que también entre con ese coraje, de que listo vamos a hacer este trabajo, listo va a ser de esta u otra manera, y exponía desde mi punto de vista y exponía como parecía, y si tenía alguna duda, la decía. Pero eso me genero inconvenientes a principio de semestre, este mán quien se cree, este mán se cree que las sabe todas, este mán quiere llamar la atención, y entonces no era que yo estuviera llamando la atención, me estoy dando mi lugar, mi espacio y si yo vine acá fue a estudiar, fue a aprender, a hacer algo dinámico, no a estar si, si, si, no yo quería era entrar a estudiar, mis exposiciones eran muy buenas porque me centraba a exponer lo mío, pero ya era el creído, el crecido, pero eso si tenía cierta verdad porque mi defensa algún tiempo fue, el otro es un tonto, es un bobo, y así me salía de eso. También tenía esa parte allí, pero hay veces que por los inconvenientes que eso genera, creo que eso me va a generar estar solo, porque si siento que soy muy del coraje y muy agresivo y eso incomoda, incluso para hacer un trabajo, porque soy de ver hagamos esto, así y asa, y de una uy no como así, que

día haciendo un trabajo de psicopatología, todos eran sí señor, sí señor, incluso la pelada con la que estábamos era sí señor, sí señor, porque ya estaba exigiendo. Y con mi hermano y con mi papa, uff no sé, no sé porque en esos momentos con ellos yo me pongo en blanco, o yo no sé qué pasa, además tiene muy buenos argumentos y es una persona intocable,

T. ¿Tu hermano?

C. Sí, es muy intocable. Cualquier cosita que le digo, se enciende, cualquier cosa que le decía mi papa, se encendía. Entonces ahí es donde, estoy irrespetando por darme mi lugar, y mi mama es muy insegura, muy recatada, tantas cosas son por mi papa, cualquier cosa que le decía mi papa, el explotaba. Entonces el límite entre hacerme respetar y la agresividad, se disocio, no sé dónde está, porque supuestamente fui grosero, y llega una señora que es la rectora y me dice lo mismo, nog es que Ud. sabe que fue grosero, pero venga es que yo no estoy siendo grosero

T. ¿En qué situación necesitarías tu poner un límite? dame un ejemplo

C. Con una profesora de la universidad

T. Dime que pasa ahí, dame el ejemplo de una situación

C. Una situación...

T. Solo dame un ejemplo, de cualquier situación que sea necesario poner un límite de parte tuya

C. No se... no me llega

T. Imaginemos que yo soy la profesora y necesito cambiar el horario de la clase porque necesito irme para una fiesta... muchachos les voy a cambiar el horario nos vemos el martes a las 4, se grosero conmigo.

C. No me fluye

T. No, no es un personaje, solo se grosero

C. Ese es el asunto, que me siente personaje actuando.

T. Entonces ahora pon un límite

C. No profe, es que yo ese día estoy ocupado.

T. Yo ya hable con óscar y todo y voy a hacer eso

Cual sería tu argumento para poner un límite

C. Hablo con óscar pero no hablo con nosotros...

T. Que sería lo peor que pasaría si fueras grosero conmigo

C. Que vos tuvieras los argumentos, yo no, vos ganaras, y me ganara un problema.

T. Entonces ¿es mejor meterse por allá, y quedarse así? Así como lo que pasaba con tu hermano y lo que pasaba con tu papá, porque sé que me voy a poner muy prendido y tengo mis argumentos y tengo poder, pero no voy a poder

C. En el momento no son los argumentos... una vez, bueno en esa ocasión si tenía la razón el docente, pero no tenías los argumentos para re debatir, cuando eso pasa, es como enfrentarte, yo creo que ya lo has escuchado, enfrentarse con el docente es complicado, porque el docente tiene más argumentos que vos, así vos tengas la razón,

T. Si no tienes argumentos, te frustras

C. Si

T. Ósea que ¿si no te tienes lo argumentos te frustras? Porque si yo no tengo argumentos, pues me quedo callado, pero parece que tú te quedaras buscando y buscando

C. Es que quedarme callado antes algo que me molesta, y no tengo los argumentos pero se en el fondo, comienza la discusión en mi cabeza. Él va a decir esto, yo le voy a decir lo otro.

T. ¿Ves eso? Es lo que ha identificado durante toda esta sesión. Te vas acá, entonces dices, pero puedo pasar, puede pasar, ¿y si pasa que digo? Mil de cosas. Yo no tengo argumentos, si estoy enojado pero no tengo argumentos.

C. ¿Entonces como me doy mi lugar?

T: Si no tienes argumentos, ¿cómo te vas a dar lugar? ¿Enojándote, riéndote? ¿Decime como te lo vas a dar? ¿Yo te voy a decir por qué estás enojado si no tienes argumentos?

C. No se...

T. Simplemente te enojas.

C. No se... eso me crea una frustración, con mi novia me pasa lo mismo, a veces se crean discusiones y ella es muy buena discutiendo, en el sentido de que yo me voy regando y ella sabe, cuando pierde llega y coge otra tema y mete otro tema, pero se te mete por el lado emocional para que sientas eso, me costó darme cuenta de eso. Por lo general es así,

hubo una discusión que gano ella porque yo no tenía los argumentos y eso me da rabia, por que gano ella y yo siento que no debió ser así.

T. ¿Tienes que ganar siempre?

C. No siempre, por ejemplo hace poco discutí con mi hermano sobre Uribe, y él decía que sí que si iban a llegar a tu casa, te iban a vacunar y encima de todo te iban a matar a tu papá, uno hace algo, teniendo la capacidad de hacerlo, uno hace algo, uno no se va a dejar maltratar por el otro y yo solo dije, tiene razón. En ese momento tenía razón.

T. Supongamos que tenías razón, ¿y si tiene el la razón, te sentías perdedor?

C. Si la tenía, pero en mi casa nunca valoran eso, en mi casa yo soy el terco, el que nunca pierde, y cuando cedi y deje de ser tan terco, empecé el otro proceso terapéutico, fue cuando me empezó a ir tan mal y no me empecé a entender con el otro. Era un espacio que debo aprovechar y para aprovecharlo debo bajarle a la terquedad, y termine muy incomodado.

T. Entonces no puedes ser terco porque te van a señalar. Lo que quisiera es tener argumentos para poder ganar.

C. Cuando siento que tengo la razón, y no todas las veces es así, hay veces que yo digo, ah si tienes la razón lo asumo y lo acepto que me equivoco, y que soy un ser humano, y no soy perfecto, tampoco estoy diciendo que asumo que soy perfecto diciendo que no soy perfecto, pero suele pasar. Es eso...

T. Es interesante, esta conversación ha tenido muchos matices, sin embargo la conclusión es sencilla a mi juicio, de cómo te sientes frente al otro, cuando tienes o no argumentos, cuando puedes o no, cuando te sientes pequeñito, regañado, perdido. Ah pero pudiera hacerlo diferente, pero el otro va a reaccionar entonces yo más bien me quedo, entonces me frustró, entonces necesito los buenos argumentos para poder confrontar y decir si ve que sí, y a veces si a veces no, es que la vida es tan grande que a veces aun teniendo razón, a veces se pierde, aun no teniendo la razón a veces se gana.

C. He ganado discusiones no teniendo la razón

T. El tema es, que te preocupa mucho estas dos situaciones, si tú puedes revisar que está en tus manos y que no y aun así, poder aceptar que aun teniendo cosas se puede perder, esto equivale a que un peso de encima se quita.

La semana pasada estábamos teniendo una reunión donde supuestamente yo no me estaba haciendo entender, entre todos los docentes. Y yo decía no me están entendiendo, o no me estoy haciendo entender, y empieza el bullying, entonces alguien dijo yaaaa como diciendo ya cállate, y yo dije porque me tengo que callar, hasta que yo no me haga entender, no, y llego un momento en que yo dije en serio será que estoy hablando aquí algo inadecuado, y dije, me voy a quedar callado, mi cabeza me decía están equivocados, mi cabeza decía eso, y algo me decía está bien, si vos tienes algo muy bueno que decir y aun con las ganas de querer decirlo, no soy más y menos inteligente que alguno acá, al final resulta que lo que yo estaba diciendo era, y nadie lo reconoció, nadie. Nadie dijo tienes razón, y desde mi parte más oscurita decía eeehhmm recálquenlo, y aun con eso el bullying seguía de vez en cuando estando, y listo no soy ni más ni menos. Pero defendí cuando tenía que defender porque así lo creí y acepte cuando debía aceptar porque así lo creí. A veces no todas se ganan y a veces nos quedamos callado y otro dice lo que nosotros estamos pensando y todo dicen wooww que bueno y uno piensa, ahh lo hubiera dicho. Es una tema de lo que hemos venido trabajando hasta ahora y aceptar quien eres, yo creo que este paso al vacío es sumamente interesante, que hay mucha gente que ha dado el salto al vacío y han encontrado cosas que desconocen, otros no, al final el tiempo dice hay tenía razón Copérnico, tenía razón galileo, ¿pero que les toco? Es cierto, todo gira alrededor de nosotros, porque lo iban a matar, y él sabía que estaban equivocados

C. Yo creo que tenía argumentos

T. Las tenías todas, todas. Miren por ahí y van a ver, yo estoy viendo, mire, y ellos le dijeron es que no miramos porque sabemos que estas equivocado y lo iban a matar, después la historia le dio la razón. Como logramos incluso re iniciar nuestra libertad en situaciones que sabemos que vamos a perder.

C. Claro, pero ese es el asunto con mi profesora, yo se lo explique, es esto y esto, pero cuando, sabes eso es como un acto de fe, sabes que algo es, pero no sos capaz de explicarle al otro.

T. Está bien, y si no soy capaz de explicarlo, tendré que revisar para poder explicarlo mejor, hay que aceptar que no sé cómo explicarlo, esto me va a llevar a perder algo,

probablemente sí, pero en otro momento en que lo tenga claro, ganare. No soy ni más ni menos persona por eso.

Todo este proceso que hemos tenido, ha girado en que tú puedas reconocer quien eres con lo bueno y lo malo, muy teatral sí, soy esto, también, estoy siendo esto, si, y tienes toda esa libertad, ahh pero es que estas como actuando, quizás. Es como te reconcilias, no hay necesidad, al menos desde lo que yo percibo de imponer nada, eso no quiere decir que me quede callado cuando quiera hablar, no, yo pongo sobre la mesa y doy mis argumentos, su los tengo, no sucedió nada, pues bien

C. El asunto es este, como si este momento me llena de ansiedad, la mente se pone en blanco, entonces el otro tiene como cierta autoridad

T. Pero ¿por qué la ansiedad?

C. No sé...

T. ¿Por qué necesitas, profundamente pareciera, tener la razón? Si yo necesito hacer la mega pregunta, para que mi paciente o mi consultante diga woowow, que bueno, si me pongo en esas no hace nada. No tengo ni idea que preguntar aquí en este momento, pero si me pongo a pensar, no voy a hacer nada, hay que soltar un poco esa necesidad, esa ansiedad de si digo, si hago, si apporto, y todo sale mal al final y ¿qué hago con esto? ¿Me hago entender?

C. Me pasa mucho cuando, a mí de pequeño, considero que me hacían bullying, cuando eso pasa o paso siempre era como le respondo al otro. Entonces claro, era el chiste la broma y ver cómo le respondo al otro, y entonces claro, ahí sale mi parte agresiva, tiras algo y no sonó chistoso, si no agresivo. Me acuerda de eso, por esa ansiedad de estoy en peligro, estoy como no sé, entonces estoy pensando, como me defiendo.

T. Hay una línea muy delgada, entre como planear el futuro, proyectar el futuro y el de anticipar y suponer todo lo que va a pasar. En una está bien, me toca ahorrar para comprarme los zapatos que quiero, pero en la otra estoy pensando y si ahorro, y después me tengo que gastar la plata, y me quedo sin zapatos, ¿sí? Estoy en otro lugar. Entonces puedo decir listo puedo ahorrar esta platica, pero entonces resulta que sí, que se enfermó, entonces pues toco, no me voy a morir por eso. Tú eliges, entre más te anticipes y trates de controlar más difícil va a ser. Es muy fuerte por que por un lado hay que planear, y por

el otro es incierto lo que hay que planear, por un lado ahorro, por el otro lado sé que si puede pasar algo.

C. Es como eso que te mostraba de sacar los horarios, al final nunca terminaba sacando esos espacios para mí, me la pasaba ahí en los trabajos, o pensando en los trabajos, así estuviera en cafetería y no estuviera haciendo nada, pero siempre está el pensamiento

T. Hay que bajar al cuerpo, nuevamente bajar, sentir, tocar, estar... dale. Yo quiero cerrar esta sesión con eso que te decía hace un rato, ya has dicho, ya has encontrado, ya has reflexionado, ya hay que tomar el siguiente paso, hacer, hacer y disfrutar del hacer, si no seguirás ahí, dándole vueltas y con todos los argumentos, tuyos y míos, y empezar a hacer estas sesiones tediosas, cuando nos vayamos a encontrar en algún espacio, agg otra vez hablar conmigo, o porque vamos lo mismo si no cambian las cosas, no hay forma de hablar de algo distinto si no cambian las cosas, entonces que vamos a hacer.

C. A eso quiero llegar a mí me gusta, me gusta mucho esa idea, me quede incluso con esa imagen de estar acá en este lugar y no estar allá en el otro lado, pero hay ese temor a hacerlo

T. Yo te invitaría a hacerlo, y sé que esto no está bien hablado o elaborado lo suficiente, pero, que te vayas con esa idea de darle el lugar a tu papa, el lugar de macho, de hombre y que puedas verle viéndote, convertido en un macho, en un hombre. Verle, viéndote

C. Ósea el viéndote a mí

T. Ósea lo veo, mirándome, viendo a un hombre que ya no tiene que restringirse por que tiene miedo, porque si le argumento, entonces es sí, ¿quiere que lo meta al tanque otra vez? Ya verás que no va a ser lo mismo, pero para que puedas llegar ahí debes darle ese lugar, en tu corazón

C. ¿Ahí es papá quién?

T. Puede ser el violador, puede ser el asesino, es tu papá

C. Lo que me refiero es ¿sí a mi hermano, a mi papá?

T. A tu papá, tu hermano no es tu papá.

C. Pero en este momento cumple ese rol

¿Entonces ante que me revelo?

T. Ante tu papá.

C. Es que el prácticamente me da todo, hasta tiene cara de macho.

T. Pero lo hace como hermano

Como hermano que ejerce una autoridad como un papá

Es tu hermano. Como hermano que ejerce una autoridad como hermano mayor.

C. ¿Cuál es la diferencia?

T. Mucha.

C. Yo no la veo

T. Mucha. Un papá, tiene una jerarquía a la de un hermano mayor, papá, hermano mayor, menor. Por supuesto le debemos autoridad a nuestro hermano mayor, si o si ocupa un lugar privilegiado, pero no es mi papá. Con mi hermano, tengo peleas de hermanos, nos podemos pelear, pero el papá es otra, si voy a pelear con papa son palabras mayores, los hermanos se pelean a toda hora. Eso sí lo veo como hermano, si no, pues es muy complicado.

C. Pero es que mi hermano maneja la herencia, mi hermano me pasa lo académico, o sea una pelea con mi hermano, es eso. Es todo eso que está en juego, universidad, herencia, otra situación es que yo no me siento capaz de hacerme cargo de mí mismo, entonces eso es lo que de alguna manera le da su autoridad, si yo de alguna manera económicamente viera por mí, y manejara mi propia plata.

T. No sé tú, pero lo que yo veo no es autoridad si no conveniencia. Una cosa es autoridad que es lo que Ud. diga papá, y otra cosa es sí, sí, porque sé que me están pasando algo, me conviene respetarlo, al papá uno no le conviene respetarlo, uno le respeta, que es diferente. Es muy interesante este punto que hemos tocado, porque esa usurpación de roles no es buena. A veces se me sale un poquito lo directico y lo interpretativo, pero no es buena. Darle el lugar a quien le corresponde, es darle orden al amor. A veces no baste el amor, hay que darle orden. Imagínate que el amor es como un río, pero el orden es el cauce, si no hay cauce ese río hace mucho daño, a veces hay demasiado amor y no hay orden y hacemos mucho daño, y aunque amemos lastimamos tanto, a veces necesitamos orden, hay gente que ama un poquito, pero es lo suficiente para que esto funcione, cada uno al lugar que corresponde, a ver imagínate que yo veo a mi hijo, pero no veo a mi hijo, si no a mi papá o a mi esposa, como cuando la mama muere y la hija mayor asume el rol

de mamá, que pasa? A cocinar a hacer los oficios y el papá hasta le ve como mujer, y es algo complejísimo, porque los roles no están definidos. Entonces si tu no ves a tu hermano como un hermano, es muy difícil decir, a ver por más que hagas esto, eres mi hermano, Y eso es otro termino.

C. Y complicado porque es un tema que abarca dentro de la casa, porque mi mamá es una que ve a mi hermano como prácticamente mi papá, no en relación amorosa, si no en orden, y mi familia también, toda la familia lo ve y le parece normal. Bueno casi toda, a mí me dicen si Ud. quiere una moto, porque no la compra, y si yo quiero una moto, pero es que mi hermano no me deja, es que esta plata es suya, es que yo no la siento así.

Entonces de alguna manera siento que no tomo decisiones que yo quisiera vivir, y no las tomo, me asusto, por eso. No sé si esa situación, alguna vez te comente que me veía en otro país, donde nadie me conociera, comenzar una vida a mi estilo, cosa que si me caigo, me caigo solo, no hay nadie que me diga, mira como cayo, mira como la cago, y no sé, lo siento muy relacionado con esto, de que si tomo la herencia, que si tomo esta situación, me siento preparado para hacerlo y de que si me caigo ellos van a estar ahí, acusándolo.

T. Si tú dices, mira yo no sé administrar esto, y veo que mi hermano está haciendo un buen ejercicio y digo, gracias hermano por administrarle, como vas tu ahí, seguramente él tiene sus partidas por esa administración, no sé cómo lo manejen, diferente al temor de decir esto es mío. Temor sustentado en el niño que necesita que lo cuiden, que lo protejan, que le administren su riqueza

C. Si yo le digo, ve yo tengo plata ahí, yo quiero una moto. O si pierdo, esto siempre ha pasado también, si pierdo un semestre, unas materias, o si me quiero retirar, está siempre la constante amenaza de, entonces tenga lo suyo, es una amenaza en la cual estoy inmerso yo y mi mamá, porque mi mamá tiene miedo a que él deje de administrar todo lo de ella, entonces ahí como se da su lugar, como vive su propia vida, si se siente atado a esa situación.

T. Es un tema bastante complejo que seguramente podremos seguir avanzando, ahora hay que ir pensando esa idea de darle el lugar a quien le corresponde, porque yo puedo pensar, querer y honrar a mi hermano, como hermano.

C. Sabes que siento que estoy esperando, que me diga hágale es que a Ud. le corresponde ir a adueñarse de su vida, para poderlo hacer. No se...

T. Lo que pasa es que ahí hay decisiones que no pueden ser apresuradas.

C. Por ejemplo, el irme de la casa, ahí es donde está, el asunto es, cuando es el momento de...

T. Cuando estés preparado, tú decías, yo no sé administrar eso, pero si se hacer esto, entonces puedo utilizar esa plata para eso que se hacer, ¿estoy preparado para eso? C. No

T. Ok

C. ¿Qué debo hacer?

T. Estas preparado para...

C. no sé, nunca voy a saber hasta que lo haga

T. Es una decisión tuya, si yo te voy a decir por ejemplo, imagínate cuando yo dije que voy a abrir mi consultorio, ¿estás preparado? Lo sabré cuando lo haga. Uff es muy fuerte, porque hacerlo implica todo una ecología, tengo el bien, la competencia, la formación, ah bueno yo ya hice este curso, yo ya hice esta formación... si. Estoy preparado, ah pero ya tengo de dónde agarrarme. A diferencia de hacerlo y no tengo ni idea de lo que es un consultorio, pero cuando yo miro y digo si, acá tengo este modelo, se hacer esto, lo otro, ahí puedo arrancar mientras sigo formándome, bienvenido sea, lo estoy haciendo, pero podría fracasar y aun teniendo todo eso, podría hacerlo mal, pero los riesgos son menores.

C. Listo entonces ahora pensante eso, referente a mi seguridad y falta de confianza, donde yo las posiciono, que pude haber estudiado, que debo saber, sin embargo no tengo la confianza de que vaya a salir bien

T. Es que no es la confianza de que vaya a salir bien, es la confianza de que estudie, de que me prepare, de que se del tema, lo más probable es que salga bien, yo no puedo tener la certeza de lo que no ha pasado, estoy de acuerdo contigo, pero tengo la certeza de que me masié ese libro, de que manejo el concepto, tengo la certeza de que se las diapositivas, de que alquile el video beam, puede que el video beam se quemó, que el correo no abrió, pero los riesgos son menos. Si no estudie, si no prepare, si no alquile, las probabilidades son grandísimas de obtener algo malo, me hago entender cuáles son los recursos. ¿Y qué potencializa eso? Lo que está en mí, lo que hay en mí. El futuro no tengo ni idea, pero

todo tiende a, que es muy probable que me vaya bien. Estúpido fuera decir, voy a presentar el parcial no estudie, no fui a clase, no tome notas, pero creo que me va a ir bien, eso es estúpido. Tienes la certeza de lo que tienes, el futuro es tener certeza

C. Eso es un asunto para mí, no sería certeza, para mí sería confianza, no hay certeza de que estudie, listo estudie, pero necesito certeza de que se

T. Tengo certeza que manejo el concepto, ¿seguro? Si me pregunta esto, soy capaz de contestarlo. Entonces tengo la certeza

C. Yo diría que esa certeza no la tendría

T. ¿Por qué?

C. No sé... es la falta de confianza

T. David, $2+2$ es 4, ¿te puedes aprender eso?

C. Si

T. Cuanto es $2+2$?

C. 4

T. ¿Tienes esa certeza?

C. Si

T. La tienes, voy a decir una palabra... guevonada fuera que yo sabiendo que $2+2$ es 4 dijera que no supiera, ahí estoy jugando a las escondidas, si estás jugando a las escondidas, pregúntate cuanto te beneficia eso. Si no, lánzate. Si tú me vienes a mí a decir que no tienes la certeza de que $2+2$ es 4, voy a decir, me estas guevoniando la vida. ¿Me hago entender?

C. Si

T. Tienes una certeza y eso es lo que te lleva a decir que tal que no sea uno, si él y el 2 cambien ese día de forma y son el 3, y si de pronto desaparece el 2, porque lo cuanto no sé qué...

C. ¿Y si estoy echando labia?

T. Como vas a decir que estas echando labia...

C. Es que $2+2$ es una cosa, pero dígame los criterios diagnósticos

T. No, no, no, no, $2+2$...

C. Si claro, pero decime cuales son los criterios diagnósticos de tal

T. ¿Los estudio? ¿Los sabes? ¿Tienes la certeza de cuál es? Que puedo decir no sé, pero si tengo la certeza de que estudie, y se me olvido, me quedo con la certeza de que los estudie y de que manejo el concepto. No sé si allá, vaya a pasar, pero si me pongo a pensar, hay probabilidades de que allá pase eso, y si no me pongo con eso, voy con convicción, es una determinación que tú y solo tú, puedes tener. ¿Dale?

C. Dale